A Joana, Daniel, Sara e Marina, qne me ensinaram a ser pai.

AGRADECIMENTOS

O autor agradece a Alicia Bair-Fassardi, Elena Garrido, Joana Guerrero, Rosa Jovè, Lourdes Martinez, Maribel Matilla, Pilar Serrano, Mônica Tesone, Eulalia Torras, Patricia Trautmann-Villalba e Silvia Wajnbuch por seus valiosos comentários ao manuscrito.

Os testemunhos das mães citados neste livro provêm de cartas enviadas ao autor, a maioria através da revista Ser Padres, e de fóruns públicos na Internet. Os nomes foram alterados a fim de proteger a privacidade dos protagonistas.

PREFACIO DA EDIÇÃO BRASILEIRA

“O livro que você tem em mãos não busca o ‘meio-termo’, mas toma claro partido. Este livro parte do princípio que as crianças são essencialmente boas, que suas necessidades afetivas são importantes e que nós, pais, devemos a elas carinho, respeito e atenção.”

Com as palavras acima, Carlos Gonzáles deixa claro, desde as páginas iniciais de seu livro, o foco de sua preocupação principal ao escrevê-lo: as crianças. Essencialmente as crianças. Sua ideia, amplamente mostrada e defendida, inclusive utilizando comparações de estudos antropológicos em diversas culturas e em outros mamíferos (primatas especialmente), seria “desmentir mitos, romper tabus e dar a cada mãe a liberdade de desfrutar a sua maternidade como ela bem entender.”

Nem privilegiar a essência da criança, nem o desfrute da maternidade são tarefas fáceis. A beleza do texto está em conseguir essas proezas e nos encantar com estudos bem selecionados, criticados com delicadeza e ironia.

Em outro momento o autor decide se despir de sua especialidade médica — pediatria — e nos narra um diálogo crítico claro aos colegas pediatras e sua prepotência, nas palavras ouvidas de uma mãe cujo bebê chorava muito no carrinho, na sala de espera. Dr. Carlos lhe diz que talvez o bebê quisesse colo…"- É que como os pediatras dizem que não é bom pegá-los no colo…". Ele completa: "Ela não se atrevia a pegar seu filho no colo porque havia um pediatra na sua frente! Naquele dia compreendí quanto poder nós, médicos, temos".

Todos os capítulos são interessantes e acabam por trazer a profissionais e a mães excelentes momentos de reflexão, levando a discussão com colegas e com pais, a possibilidades de autocrítica quanto a nossos próprios papéis de mãe ou pai. Foi muito boa a iniciativa da Matrice* de trazer Bésame mucho ao público brasileiro!

Dra. Marina F. Rea

Pesquisadora científica, professora colaboradora da FSP/USP (Faculdade de Saúde Pública da Universidade de São Paulo), membro da rede IBFAN (Rede Internacional em Defesa do Direito de Amamentar) e do Comitê Nacional de Aleitamento Materno do Ministério da Saúde

Junho de 2015

* Matrice, ação de apoio à amamentação, é um grupo de apoio que atua em São Paulo e está envolvido com a publicação desse livro. Para saber mais, acesse <www.matrice.wordpress.com>. [N. da E.]

CAPÍTULO UM

A CRIANÇA BOA E A CRIANÇA MÁ

Pegamos esse título emprestado de um conto de Mark Twain, não para falar, como ele, de duas crianças concretas, mas sim de todas e cada uma das crianças, da Criança em geral. As crianças são boas ou más? Tem de tudo, pensará o leitor. Cada criança é diferente, e provavelmente a maioria, assim como os adultos, será normal, mais para boa.

Entretanto, e deixando de lado os méritos próprios de cada criança a, muita gente (pais, psicólogos, professores, pediatras e o público em geral) tem uma opinião predeterminada e geral sobre a bondade ou maldade das crianças. São "anjinhos" ou "pequenos tiranos"; choram porque sofrem ou porque nos fazem de bobos; são seres inocentes ou são espertas demais; precisam de nós ou nos manipulam.

Dessa concepção prévia depende que vejamos nossos próprios filhos como amigos ou inimigos. Para alguns, a criança é terna, frágil, indefesa, carinhosa, inocente e precisa da nossa atenção e nossos cuidados para converter-se em um adulto encantador. Para outros, a criança é egoísta, malvada, hostil, cruel, calculadora, manipuladora, e somente se domarmos a sua vontade e impusermos uma rígida disciplina poderemos afastá-la de vícios e convertê-la em uma pessoa capaz.

Essas duas visões antagônicas da infância impregnam a nossa cultura há séculos. Elas aparecem nos conselhos de parentes e vizinhos, e também nas obras de pediatras,

educadores e filósofos. Os pais jovem e inexperientes, público habitual dos livros de puericultura (com o segundo filho costuma-se ter menos fé nos especialistas e menos tempo para ler), podem encontrar obras das duas tendências: livros sobre como tratar as crianças com carinho ou sobre como massacrá-las. Os últimos são, infelizmente, muito mais abundantes e por isso decidi escrever este, um livro em defesa das crianças.

A orientação de um livro ou de um profissional raramente é explícita. A orelha do livro deveria dizer claramente: “Este livro parte do prin cípio de que as crianças precisam da nossa atenção”. Ou então: “Neste livro supomos que as crianças nos fazem de bobos na primeira oportunidade”. O mesmo deveriam fazer os pediatras e psicólogos na primeira consulta. Assim, as pessoas seriam conscientes das diferentes orientações e poderiam comparar e escolher o livro ou o profissional que se adapte melhor às suas próprias crenças. Consultar um pediatra sem saber se ele é partidário do carinho ou da disciplina é tão absurdo quanto consultar um sacerdote sem saber se ele é católico ou budista, ou ler um livro de economia sem saber se o autor é capitalista ou comunista.

Porque se trata de crenças, e não de ciência. Embora ao longo deste livro eu tente dar argumentos a favor das minhas opiniões, deve-se reconhecer que, em última instância, as ideias sobre o cuidado das crianças, assim como as ideias políticas ou religiosas, dependem de uma convicção pessoal, mais do que de um argumento racional.

Na prática, muitos especialistas, profissionais e pais não são sequer conscientes de que existem essas duas tendências e não pararam para pensar em qual é a sua. Os pais leem livros com orientações totalmente diferentes ou até incompatíveis, acreditam em todos e tentam levá-los a

prática simultaneamente. Muitos autores facilitam o seu trabalho, pois já escrevem textos francamente híbridos e antinaturais. São os que dizem que carregar um bebê no colo é excelente, mas que você nunca deve pegá-lo quando ele chora, porque assim ele se acostuma. Que o leite materno é um alimento maravilhoso, mas que a partir dos seis meses já não alimenta. Que os maus tratos às crianças constituem um problema gravíssimo e um atentado contra os direitos humanos, mas que um tapinha ha hora certa faz maravilhas…

Ora, “liberdade dentro de uma ordem”.

Vejamos um exemplo clássico, na obra do pedagogo Pedro de Alcántara García, que em 1909 citava o filósofo Kant:[1]

A pressão constante e exagerada pode ser tão prejudicial quanto a complacência contínua e extrema. Kant nos falou sobre isso: “Não se deve aniquilar a vontade das crianças, mas sim direcioná-la de tal maneira que elas saibam ceder aos obstáculos naturais - os pais erram com frequência negando a seus filhos tudo o que eles pedem. É absurdo negar sem motivo o que eles esperam da bondade de seus pais. Mas, por outro lado, prejudicamos as crianças fazendo tudo o que querem. Não há dúvida de que dessa maneira impede-se que manifestem seu mau-humor, mas elas também ficam mais exigentes”. Portanto, a vontade é educada com o treinamento e a restrição, o exercício e a repressão, positiva e negativamente.

Em conjunto, esses parágrafos parecem bastante razoáveis e bastante favoráveis à criança (embora a palavra “repressão” hoje em dia soe um pouco estridente, não é? Continuamos reprimindo as crianças, mas preferimos dizer que as formamos, encaminhamos ou educamos). Tudo depende do que se considera uma “complacência extrema”. Não

devemos negar coisas sem motivo, mas se uma criança vai se jogar pela janela, é claro que não devemos permitir. Todos de acordo.

Mas por que justamente ao falar de crianças temos que nos lembrar dessas limitações? Também não permitiriamos que um adulto se jogasse pela janela, seja ele nosso pai ou nosso irmão, nossa esposa ou nosso marido, nossa chefe ou nossa empregada. Mas isso é tão lógico que, ao falar de pessoas adultas, não acreditamos que seja necessário fazer esse esclarecimento. Substitua nos parágrafos anteriores o filho pela esposa: "Na vida conjugal, a repressão constante e exagerada pode ser tão prejudicial quanto a complacência contínua e extrema. Prejudicamos as mulheres fazendo tudo o que querem. Não há dúvida de que dessa maneira impede-se que manifestem seu mau humor, mas elas também ficam mais exigentes". Em duas frases elas foram chamadas de exigentes e mal-humoradas. Não dá raiva?

Durante séculos, a mulher esteve "naturalmente" submetida ao marido, e escreviam frases parecidas sem que ninguém se escandalizasse Hoje ninguém se atreve a falar assim das mulheres, mas ainda parece normal falar assim das crianças.

Alguns leitores podem pensar que estou sendo muito exagerado, que não é tanto assim, que estou tirando as frases de Pedro de Alcántara de contexto e que ele era na verdade muito respeitoso com as crianças. Mas é que aquilo era apenas o princípio. Em algumas páginas mais adiante lemos:

Para conter esses impulsos e evitar a formação de semelhantes hábitos, deve-se oferecer resistência aos desejos das crianças, contrariar seus caprichos, não deixar que façam tudo o que quiserem nem ser com elas tão

solícitos como costumam ser muitos pais na primeira manifestação dos filhos.

Aqui já não estamos falando de impedir que a criança brinque com uma arma, bata em outra criança ou quebre uma jarra. Estamos falando de não deixar que ela faça o que quer "porque sim", pelo puro prazer de contrariá-la, quando acaba de dizer que "é absurdo negar sem motivo o que esperam". Parece que nem o autor nem seus leitores percebiam que havia uma contradição.

Muita gente se sente atraída por essas posições indefinidas, pelo "sim, mas..." e pelo "não, embora...", pois está muito difundida na nossa sociedade a ideia de que os extremos são ruins e a virtude está no meio. Mas não é assim, pelo menos não em todos os casos. A virtude está, muitas vezes, em um extremo. Alguns exemplos com os quais quero acreditar que meus leitores estarão de acordo: a polícia jamais deve torturar um preso, o marido jamais deve bater em sua esposa. Você acha que esses "jamais" são extremistas demais, talvez fanáticos? Será que eu deveria ado-tar uma postura intermediária, mais conciliadora e compreensiva, como torturar um pouquinho e somente assassinos e terroristas, ou bater na mulher só quando ela tiver sido infiel? De jeito nenhum. Pois bem, da mesma maneira não estou disposto a aceitar que "um tapinha na hora certa" seja nada menos que maus tratos, nem conheço nenhum motivo pelo qual se deva dar atenção às crianças de dia, mas não de noite.

O livro que você tem em mãos não busca o "meio-termo", mas toma claro partido. Este livro parte do princípio de que as crianças são essencialmente boas, que suas necessidades afetivas são importantes e que nós, pais, devemos a elas carinho, respeito e atenção. Quem não estiver de acordo com essas premissas, quem preferir acreditar que seu filho é

um “monstrinho” e estiver procurando truques para obrigá-lo a cumprir tarefas, encontrará (infelizmente, na minha opinião) muitos outros livros que estarão mais de acordo com suas crenças.

Este livro está a favor dos filhos, mas não se deve pensar por isso que ele está contra os pais, pois precisamente só na teoria da “criança má” exite esse confronto. Os que atacam as crianças parecem acreditar que assim defendem os pais (“um horário rígido para que você tenha liberdade, limites para que ele não te faça de bobo, disciplina para que ele te respeite, deixá-lo sozinho para que você possa ter a sua própria intimidade…”); mas eles se equivocam, porque na verdade pais e filhos estão do mesmo lado. A longo prazo, os que acreditam na maldade das crianças acabam atacando também os pais: “Vocês não têm força de vontade, estão estragando os seus filhos, não seguem as regras, são fracos…”.

Pois a tendência natural dos pais é a de acreditar que seus filhos são bons e tratá-los com carinho. Uma vez cheguei cedo demais no meu consultório e me entretive conversando com a recepcionista. Na sala só havia uma mãe, com um bebê de poucos meses em um carrinho, esperando por outro colega. O bebê começou a chorar e a mãe tentou acalmá-lo, movendo o carrinho para frente e para trás. O choro era cada vez mais desesperado e os passeios da mãe mais frenéticos. Quando uma criança chora com toda a sua força os minutos parecem horas. “O que ela está fazendo?”, pensei. “Por que ela não o tira do carrinho e o pega no colo?”. Esperei, esperei, mas a mãe não fazia nada. Finalmente, embora eu nunca tenha gostado de dar conselhos não solicitados, decidi jogar uma indireta o mais suave possível:

— Como esse bebê está bravo! Parece que ele quer colo…

E então, como se movida por uma mola, a mãe abaixou para tirar o filho (que se acalmou imediatamente) do carrinho e explicou:

—É que como os pediatras dizem que não é bom pegá-los no colo…

Ela não se atrevia a pegar seu filho no colo porque havia um pediatra na sua frente! Naquele dia compreendi quanto poder nós, médicos, temos e quantas pressões e temores as mães devem suportar todos os dias.

Eu já ouvi essa mesma explicação “eu o pegaria no colo, mas como dizem que assim eles ficam mal-acostumados…” dezenas de vezes em circunstâncias menos dramáticas. Todas as mães desejam consolar o filho que chora e somente uma forte pressão e uma completa “lavagem cerebral” podem convencê-la do contrário. Por outro lado, nunca vi o caso contrário: uma mãe que espontaneamente prefira deixar o filho chorar, mas o pegue no colo por obrigação (“eu o deixaria chorar, mas como dizem que isso poderia traumatizá-lo…”).

A Puericultura Elástica

> *Se há um anjo que anota as penas dos homens, assim como seus pecados, bem sabe quantas e quão profundas são as penas nascidas das falsas ideias, das quais ninguém tem culpa.*
>
> George Eliot, *Silas Marner*

Outro problema importante é que as palavras dos livros e dos especialistas costumam ser tão imprecisas que admitem qualquer interpretação.

Uma vez escutei por mais de meia hora um psicólogo que falava sobre a educação das crianças para um grupo de mães e pais. Não entendi nada. Na verdade, suspeito que ele não disse nada. No final, todos o aplaudiram. Consciente ou inconscientemente, alguns especialistas em educação parecem adotar o método dos redatores de horóscopos: dizer generalizações vazias de conteúdo com as quais qualquer um pode se identificar. Se eu digo, por exemplo, "os geminianos são carinhosos e leais, embora não gostem que os façam de bobos", muitos dos meus leitores geminianos pensarão que descrevi sua personalidade com exatidão. E se eu tivesse dito "os sagitarianos são carinhosos e leais..."? Outra vez teria acertado. Claro, todo mundo é (ou pensa ser) mais ou menos assim. Ninguém reconhece ser arisco ou traiçoeiro, ninguém gosta de ser feito de bobo.

Da mesma maneira, quem não estaria de acordo com a ideia de que "os pais devem canalizar o potencial dos seus filhos, mas sem limitar sua criatividade"? Os pais de Marta e Henrique, duas crianças de seis anos, estão de acordo. Marta sai de casa às sete da manhã e volta às seis ou sete da noite depois de almoçar na escola e estudar inglês, informática e dança depois da aula. Ela tem uma babá que a busca e cuida dela até que seus pais voltem para casa. Por outro lado, o pai de Henrique largou o trabalho para poder cuidar do filho. Henrique almoça em casa e tem aula de violão duas vezes por semana porque ele gosta, não porque seja necessário passar o tempo de alguma maneira até que seus pais voltem.

Os dois pais estão convencidos de estar fazendo exatamente o que o especialista recomenda: eles fazem o possível para canalizar o potencial de seus filhos. Eles só se preocupam um pouco com a parte de "limitar a criatividade". Será que eles não a estarão limitando sem perceber? O pai de Henrique decide que a partir de agora, além de jogar futebol

com seu filho, jogará também basquete (talvez não seja bom focar em um único esporte). O de Marta decide colocá-la na aula de piano dois dias por semana, de sete a oito da noite, para completar sua educação.

E você, acha que Marta e Henrique estão recebendo a mesma educação?

Muitas vezes, as frases são tão elásticas que podemos virá-las do avesso como meias. Se você gostou de “os pais devem canalizar o potencial de seus filhos, mas sem limitar sua criatividade”, o que acha de “os pais devem permitir que o potencial de seus filhos flua livremente, mas estabelecendo limites à sua criatividade desordenada”? Ao vê-las juntas, você percebe que essas duas frases são justamente opostas. Porém, se tivesse lido uma em um livro e meses depois a outra em outro livro, provavelmente não teria notado a diferença.

E o que podemos dizer de uma frase como “o vínculo afetivo entre mãe e filho deve ser sólido o suficiente para dar segurança à criança, mas sem cair na superproteção, para não abafar o desenvolvimento da sua personalidade”? O que significa isso? Quão sólido é um vínculo sólido o suficiente, onde está o “vinculômetro” para medi-lo? É possível abafar o desenvolvimento de uma personalidade? E como? Como se distingue, em adultos, os que têm a personalidade “abafada”? Ao ouvir essa frase, duas mães, Isabel e Iolanda, ficam um pouco preocupadas. A filha de Isabel, de dez meses, vai à creche nove horas por dia, e quando sai quem a busca é a avó, que cuida dela das cinco às oito. Isabel suspeita que sua sogra está criando mal e mimando a menina, e pensa se não seria melhor contratar uma babá para essas horas, antes que abafem totalmente a personalidade de sua doce filha. Iolanda pediu dispensa no trabalho para cuidar de seu filho de dez meses, que mama

no peito e dorme na cama de seus pais. Mas na terça-feira passada ela foi ao cabeleireiro, a fila estava maior do que ela esperava, e quando voltou seu marido lhe disse que o bebê tinha chorado muito.“Será que o nosso vínculo afetivo foi rompido?”, pensa Iolanda; “Será que meu filho ficará inseguro por causa dessa separação? Quando vi o tamanho da fila, deveria ter voltado para casa imediatamente e deixado o corte de cabelo para outro dia”. É claro que tanto Isabel quanto Iolanda concordam totalmente com o especialista em questão. Nenhuma das duas duvida da importância de um vínculo sólido, nem dos perigos da superproteção.

Todos podem concordar com esse tipo de declaração generalizada, porque cada um pode interpretá-la de acordo com suas próprias ideias. Um especialista canadense, Robert Langis,[2] nos oferece outro exemplo. No seu livro Saber dizer não às crianças (um título por si só significativo: o grande problema das crianças parece ser que não lhes disseram “não” suficientes vezes) enumera “as 13 condições da escravidão dos pais de hoje em dia”. Tais condições são extremamente amplas, por exemplo, a primeira:

Não sabemos estabelecer a diferença entre as necessidades de nosso filho e seus caprichos.

Isso pode ser interpretado de mil maneiras. Para alguns pais, qualquer coisa que o filho pedir, exceto a comida, será um capricho. E a comida tem que ser exatamente a que puseram no seu prato e nenhuma outra, e ele tem que comer em um horário fixo, seguindo umas regras imutáveis de boas maneiras. Para outros, por outro lado, a criança tem total necessidade de ficar no colo grande parte do dia, de dormir com seus pais, de receber carinho e consolo quando chora, de comer o que gosta e deixar o que não gosta, de ter brinquedos variados e agradáveis e de quebrar algum deles

de vez em quando. Mas esses pais continuarão estando de acordo sobre distinguir entre necessidade e capricho. É claro que não permitirão que seus filhos de dois anos abram a válvula do gás.

Fazendo esse tipo de declarações gerais, é muito fácil agradar a todos. Neste livro tentaremos ser um pouco mais específicos, mesmo que isso implique desagradar alguns leitores.

O Último Tabu

> *O que têm as crianças que nos faz querer beijá-las, abraçá-las e mimá-las assim [...]?*
>
> Erasmo de Rotterdam, *Elogio da loucura*

Nossa sociedade parece muito tolerante, porque muitas coisas que estavam proibidas há cem anos agora são consideradas completamente normais. Mas se olharmos bem, também há coisas que há cem anos eram normais e que agora são proibidas. Tão completamente proibidas que até parece normal que seja assim, tão normal como deveria ser para os nossos bisavós o seu sistema de tabus e proibições.

Muitos dos antigos tabus referiam-se ao sexo; muitos dos atuais referem-se à relação mãe—filho, para a infelicidade das crianças e de suas mães. Por exemplo, a palavra “vício” agora é usada de uma forma totalmente diferente de como nossos avós a usavam. Quase tudo que então era vício agora já deixou de ser. Beber, fumar ou jogar agora são doenças (alcoolismo, tabagismo, ludomania), e assim o pecador foi convertido em uma vítima inocente. A masturbação (o “vício solitário” que tanto preocupava os médicos e educadores) é considerada normal. A homossexualidade é simplesmente

um estilo de vida. Falar de vício em qualquer um desses casos seria considerado um grave insulto hoje em dia. Agora consideramos vício algumas atividades inocentes das crianças pequenas:“Ele tem o vício de morder as unhas”;“Ele está chorando por puro vício”; “Se você o pegar no colo ele vai ficar viciado”; “Acontece que ele está ficando viciado com o peito, por isso ele não come a papinha”.

Se você ainda tem dúvidas sobre quais são os verdadeiros tabus da nossa sociedade, imagine que você vai ao médico e conta a ele uma das seguintes histórias:

1. “Tenho um filho de três anos e vim ver se posso fazer os exames de Aids, porque nesse verão tive relações sexuais com vários desconhecidos.”

2. “Tenho um filho de três anos e fumo um maço de cigarros por dia.” 3. “Tenho um filho de três anos. Eu o amamento e ele dorme na nossa cama.”

Em qual dos três casos você acha que o médico lhe daria uma bronca? No primeiro caso ele diria “tudo bem” e pediria um exame de Aids sem pestanejar. No máximo, ele poderia educadamente adverti-la sobre a conveniência de usar o preservativo. No segundo caso seria o mesmo, ele explicaria que o tabaco não é bom para a saúde (e se o médico também fumasse, não lhe diria nada). Ninguém a repreenderia: “Mas que descarada, como você se atreve, uma mulher casada, uma mãe de família!”.

E no terceiro caso? Conheço uma história real. Quando a psicóloga da escolinha ficou sabendo que Maribel estava amamentando o seu filho de 16 meses, chamou-a para avisá-la que se ela não desmamasse imediatamente o seu filho seria homossexual (não se sabe se o mais assombroso é o preconceito contra a amamentação ou contra a

homossexualidade). Como Maribel persistiu na sua atitude “perigosa”, a psicóloga foi até a sua casa para falar diretamente com o seu marido e adverti-lo do dano que a esposa estava fazendo ao filho de ambos.

Nossa sociedade, tão tolerante em alguns aspectos, é muito pouco compreensiva com as crianças e as mães. Esses tabus modernos poderiam ser classificados em três grandes grupos:

• Relacionados ao choro: é proibido dar atenção às crianças que choram, pegá-las no colo, dar o que pedem.

• Relacionados ao sono: é proibido fazer uma criança dormir no colo ou mamando no peito, cantar ou embalá-la para que durma, dormir com ela.

• Relacionados à amamentação: é proibido dar o peito a qualquer hora ou em qualquer lugar ou a uma criança grande “demais”.

Quase todos esses tabus têm uma coisa em comum: proíbem o contato físico entre mãe e filho. Por outro lado, gozam de excelente reputação todas aquelas atividades com tendência a diminuir o contato físico e aumentar a distância entre mãe e filho:

• Deixá-lo sozinho no seu próprio quarto.

• Levá-lo em um carrinho de bebê ou em um moisés muito incômodo.

•Levá-lo ao berçário o mais cedo possível ou deixá-lo com a avó, ou melhor, com a babá (as avós estragam!).

•Enviá-lo a colônias de férias e acampamentos o mais cedo possível e durante o maior tempo possível.

• Criar “espaços de intimidade” para os pais, sair sem filhos, fazer “vida de casal”.

Mesmo que alguns tentem justificar essas recomendações dizendo que é “para que a mãe descanse”, a verdade é que nunca a proíbem de fazer nada cansativo. Ninguém lhe diz:“Não limpe tanto que ele se acostumará a ter a casa limpa”, ou “quando ele for para o exército você vai ter que ir junto para lavar a roupa dele”. Na realidade, o proibido costuma ser a parte mais agradável da maternidade: fazer o bebê dormir no colo, cantar para ele, desfrutar com ele.

Talvez por isso criar os filhos se torne algo tão penoso para algumas mães. Há menos trabalho que antes (água corrente, máquina de lavar, fraldas descartáveis…), mas também há menos compensações. Em uma situação normal, quando a mãe desfruta a liberdade de cuidar do seu filho como julga conveniente, o bebê chora pouco e, quando chora, a mãe sente pena e compaixão (“tadinho, o que será que ele tem?”). Mas quando a proíbem de pegá-lo no colo, dormir com ele, dar o peito e consolá-lo, o bebê chora mais, e a mãe vive esse choro com impotência e, a longo prazo, com raiva e hostilidade (“e agora, até parece que está morrendo!!”)

Todos esses tabus e preconceitos causam sofrimento às crianças, mas também deixam os pais infelizes. Quem é que eles satisfazem então? Talvez alguns pediatras, psicólogos, educadores e vizinhos que os defendem. Eles não têm o direito de lhe dar ordens ou dizer como você deve viver sua vida e tratar seu filho.

Demasiadas famílias sacrificaram sua própria felicidade e a de seus filhos com base em preconceitos sem fundamento.

Com este livro queremos desmentir mitos, romper tabus e dar a cada mãe a liberdade de desfrutar a sua maternidade

como ela bem entender.

Rumo a uma Puericultura Ética

> *Feliz é o homem sobre o qual choveram como orvalho celestial os beijos de seus pais!*
>
> Armando Palacio Valdés, *Testamento literário*

Uma velha anedota, famosa entre os estudantes de pediatria, diz assim: “Em que se parecem e em que se diferenciam um pediatra e um veterinário?”. Ambos têm pacientes que não falam e que não vão ao consultório voluntariamente, mas são levados por um adulto. Em ambos os casos, o cliente (o que toma a decisão de ir ao consultório e paga as despesas) é diferente do paciente. Porém, enquanto o veterinário atende a paciente tendo sempre como principal objetivo satisfazer o cliente, o pediatra deve procurar o melhor para o seu paciente, mesmo que não seja o que o cliente (os pais) deseja. Pelo menos em teoria.

Nossa sociedade não trata as crianças com o mesmo respeito que trata os adultos. Quando falamos de um adulto, as considerações éticas são sempre primordiais e têm prioridade sobre a eficácia ou a utilidade.

Compare os seguintes parágrafos:

OPÇÃO A: Ao castigar uma mulher, qual é a diferença entre uma força razoável” ou “não razoável”? Essa pergunta intrincada ficou sem resposta em janeiro, quando o Tribunal Supremo de Ontário respaldou um artigo do Código Penal de 1892, que permite que os maridos e os empresários batam nas mulheres com propósitos disciplinares. Os três juizes não quiseram declarar ilegal nenhuma maneira particular de bater. Em vez disso, sugeriram que o maridos não deveriam

bater nas idosas nem nas menores de 20 anos, nem usar objetos como cintos ou réguas ao aplicar o castigo corporal, e que deveriam evitar bater ou espancar a mulher na cabeça.

OPÇÃO B: Ao castigar uma criança, qual é a diferença entre uma força “razoável” ou “não razoável”? Essa pergunta intrincada ficou sem resposta em janeiro, quando o Tribunal Supremo de Ontário respaldou um artigo do Código Penal de 1892, que permite que os pais e os professores batam nas crianças com propósitos disciplinares. Os três juizes não quiseram declarar ilegal nenhuma maneira particular de bater. Em vez disso, sugeriram que os responsáveis não deveriam bater nos adolescentes nem nos menores de dois anos, nem usar objetos como cintos ou réguas ao aplicar o castigo corporal, e que deveriam evitar bater ou espancar a criança na cabeça.

Um dos textos é falso. O outro apareceu publicado no ano de 2002 na revista da Associação Médica do Canadá.[3] Você consegue adivinhar qual?

No mesmo artigo são expostos os argumentos dos que se opõem ao castigo físico:

Parece haver uma associação linear entre a frequência dos tabefes palmadas recebidos durante a infância e a prevalência ao longo de toda a vida de ansiedade, abuso ou dependência do álcool e outros problemas.

E uma especialista acrescenta:

[…] estamos procurando provas sólidas para embasar qualquer opinião ou declaração. Mas não existe o tipo de prova que gostaríamos de ter sobre esse assunto, porque não é possível fazer estudos aleatórios.

Um estudo aleatório é aquele em que os indivíduos são distribuídos aleatoriamente em dois grupos, aos quais são recomendados tratamentos distintos. Por outro lado, em um estudo de observação, cada indivíduo faz o que quiser. Por exemplo, você quer saber se fazer ginástica é bom para a dor nas costas. Para fazer um estudo de observação, você pode percorrer as academias da cidade para entrevistar cem pessoas que fazem muita ginástica, e depois procurar pela rua ou na saída do cinema outras cem pessoas que não fazem ginástica quase nunca. Suponhamos que os esportistas têm menos dor nas costas. Será que é porque a ginástica é boa para as costas ou será que é porque as pessoas que têm dor nas costas evitam pisar em uma academia? Para responder a essa pergunta, preciso de um estudo aleatório. Entre em contato com duzentos jovens de 20 anos, convença cem deles a fazer ginástica todos os dias e os outros cem a não fazer nada (este é o "grupo de controle") e espere cinco, dez ou 20 anos para ver quais têm mais dor nas costas. É fácil entender que os estudos aleatórios são muito mais confiáveis, mas são também caros e difíceis de fazer.

Assim, o que a especialista canadense diz é que suspeitamos que bater nas crianças é ruim porque elas se convertem em alcoólatras e têm problemas mentais quando apanham muito. Mas não temos certeza, porque ninguém distribuiu aleatoriamente duzentas crianças em dois grupos para bater nas crianças de um grupo regularmente e nas outras não, e ver o que acontece depois. Na falta de um estudo aleatório, o resultado poderia ser devido a uma simples associação não causal ou poderia até haver uma causalidade inversa (ou seja, as crianças que quando adultas serão alcoólatras e que terão problemas mentais já se comportam mal desde pequenas, e por isso seus pais se veem "obrigados" a bater nelas). Assim, talvez não seja tão ruim bater nas crianças afinal, e no momento não pensamos

em fazer uma declaração oficial contra o castigo físico (por falar nisso, por que será que bater em um adulto é chamado de “violência doméstica”, mas bater numa criança é chamado de “castigo físico”?).

Bater nas crianças pelo visto só é ruim se produz alcoolismo e problemas mentais. Por outro lado, bater em um adulto é sempre ruim, intrinsecamente ruim. É um crime, um atentado contra os direitos humanos, independente de produzir alcoolismo ou não. Até mesmo se bater nos adultos os protegesse contra o alcoolismo continuaria sendo ruim, não é?

Não permitiríamos que os empresários batessem nos operários, mesmo que isso aumentasse a produtividade. Nem aceitaríamos a prática legal da tortura, mesmo que isso diminuísse a delinquência. Nem implementaríamos em todos os restaurantes o cardápio único obrigatório controlado por nutricionistas, mesmo que isso baixasse o colesterol. E os bombeiros também não deixariam de atender o telefone à noite para que as pessoas parem de ligar por bobagens.

Não, nem tudo vale no tratamento com adultos. Há coisas que se fazem ou se deixam de fazer por princípio, independentemente delas “funcionarem” ou “não funcionarem”.

Neste livro defendemos que no tratamento com crianças também existem princípios. Que com alguns métodos nossos filhos talvez comeriam “melhor”, ou dormiriam mais, ou nos obedeceríam sem responder, ou ficariam mais calados… Mas não podemos usá-los. E não necessariamente porque tais métodos sejam inúteis ou contraproducentes, nem porque produzam “traumas psicológicos”. Alguns métodos que criticamos neste livro são eficazes, e pode até ser que

alguns sejam inócuos. Mas há coisas que simplesmente não se fazem.

CAPÍTULO DOIS

POR QUE AS CRIANÇAS SÃO ASSIM

São o povo no mundo que mais ama os seus filhos e que melhor os trata.

Alvar Núnez Cabeza de Vaca, *Naufrágios*

Algumas pessoas lamentam que as crianças venham ao mundo sem manual de instruções ou que não se exijam estudos e um diploma para ser pais.

Por trás dessas frases supostamente engraçadas subjaz a perigosa crença de que não se pode criar uma criança adequadamente sem seguir ou conselhos do especialista de plantão. Na verdade, os pais geralmente se saem bastante bem, como fizeram por milhões de anos. A maioria dos erros que cometem não foram ideia deles, mas vêm de especialistas anteriores. Foram médicos os que recomendaram há um século dar o peito por dez minutos a cada quatro horas, o que levou a amamentação a um fracasso quase absoluto. Foram farmacêuticos os que há apenas 60 anos vendiam “pós para a dentição” à base de mercúrio sumamente tóxicos, que deveriam ser administrados aos bebês para fazê-los babar, pois a “baba retida” causava graves doenças. Foram médicos e educadores os que há dois séculos advertiram que a masturbação “secava o cérebro”, e inventaram castigos terríveis e aparelhos complexos para evitar que as crianças se tocassem. Foram especialistas os que há cinco séculos recomendavam envolver os bebês como múmias para que

não pudessem engatinhar, porque tinham que andar como as pessoas e não arrastarem no chão como animais. É possível que todos os erros que cometemos ao educar nossos filhos sejam o sedimento de séculos de conselhos errôneos de psicólogos, médicos, sacerdotes e feiticeiros. Ainda bem que as crianças não vêm com instruções, ainda bem que ainda não nos pedem o diploma de pais!

Como é que uma coelha deve criar seus coelhinhos? Há uma maneira muito fácil de averiguar: vamos ao campo e observamos qualquer coelha. Todas o fazem perfeitamente, da melhor forma que seus genes e seu ambiente permitem. Não precisam ler nenhum manual de instruções. Ninguém diz a elas o que devem fazer.

Uma coelha que viva em cativeiro também cuidará de seus filhotes perfeitamente, da melhor maneira que a sua precária situação permitir. Sua conduta materna está basicamente controlada pelos seus genes. Mas com os grandes primatas não é bem assim. As gorilas nascidas e criadas em cativeiro, com praticamente nenhum contato com outros da sua espécie, são incapazes de cuidar adequadamente de seus filhos. Exibem comportamentos aberrantes, que podem causar a morte do filhote. Em alguns zoológicos tentaram colocar as macacas jovens junto a outras mais experientes, que estavam cuidando de seus filhos, para que as observassem. Ou experimentaram passar vídeos ou até mesmo procuraram mães humanas para dar o peito e cuidar de seus filhos várias horas por dia na frente da jaula de uma gorila grávida.

E as pessoas? Qual é a maneira normal de criar um bebê humano? Apenas temos que observar algumas mães que vivam em liberdade. Esse é o problema, porque já não restam seres humanos “em liberdade”, ou seja, que se guiem unicamente pelos seus instintos e seus imperativo

biológicos. Todos vivemos “em cativeiro”, ou seja, em ambientes artificiais e no seio de grupos humanos com normas culturais. Como a macacas do zoológico, muitas mães atuais parecem ter perdido a capacidade de criar seus filhos seguindo seus próprios instintos. Duvidam, têm medo, consultam livros, perguntam a especialistas… Até mesmo chegam a sentir-se culpadas quando, anos depois, outro livro ou outro especialista diz exatamente o contrário. Na Europa, nos últimos 200 anos, a for ma de cuidar das crianças passou por mudanças radicais, às vezes osci-lantes, que afetaram os aspectos mais básicos: quanto tempo dar o peito, a que idade dar outros alimentos, onde a criança deve dormir, como se deve fazê-la dormir, quem deve cuidar dela as 24 horas do dia, com que idade pode começar a ir à escola ou a um berçário, como vesti-la, onde deve brincar que regras ela deve aprender e com que métodos… Cada geração de pais respondeu a essas perguntas de maneira totalmente distinta, e muitos de nós já não saberiamos o que responder. Era certo o que faziam nossos bisavós? É certo o que nós fazemos? Ou talvez tudo seja certo (e então, para que tanta preocupação em fazer “bem feito”?). Ou, ainda pior, talvez tanto nós quanto nossos bisavós tenhamos errado por seguir regras arbitrárias de falsos especialistas em vez de fazer o que seria normal para a nossa espécie.

Sem dúvida, as mães de cem mil anos atrás não precisavam de livros e especialistas para tomar a melhor decisão a cada momento. Que pena que não estávamos lá para vê-las. Carregavam seus filhos no colo ou em um carrinho? Os filhos dormiam com os pais ou em outro quarto? Até que idade eram amamentados? Com que idade começavam a andar? O que as mães faziam quando as crianças falavam palavrões ou brigavam? Como lhes ensinavam disciplina, como marcavam os limites? Nunca saberemos. Mas podemos fazer algumas suposições lógicas, já que não existiam quartos nem carrinhos.

Diante da falta de dados sobre nossos antepassados, sentimos a ten-tação de observar os povos que chamamos de “primitivos”. Há muitos, muitos anos, quando eu tinha nove ou dez anos, li em um álbum de figurinhas que os aborígenes australianos nunca batiam nos seus filhos.

Aquela frase ficou marcada no meu cérebro e marcou a minha vida. Não, meus pais não me batiam, mas eu não sabia por quê. Pensava, como muitas crianças que liam as aventuras de Zipi e Zape, ou escutavam no rádio as histórias de Matilde, Perico e Periquín, que bater nas crianças era o normal. Em cada episódio, Zipi, Zape e Periquín acabavam fugindo de seus pais, que os perseguiam para bater neles. Saber que era possível criar os filhos de outra maneira, que toda uma civilização tinha decidido não bater nas crianças, não por acaso ou porque se comportavam bem, mas por princípio, foi para mim uma grande revelação.

Saí do computador por um momento e fui procurar aquele álbum que eu não abria há mais de 30 anos, mas que mudou minha vida, a dos meus filhos e talvez também, amiga leitora, mude a dos seus. Aqui está a citação exata:

A vida das crianças australianas é muito agradável, já que por maiores que sejam as dificuldades que enfrente o grupo ao qual sua família pertence, elas recebem a melhor parte da comida e são tratadas sempre com enorme carinho pelos seus pais, que chamam a sua atenção se fizerem travessuras, mas nunca as castigam.[4]

É ainda melhor do que eu lembrava! Além de não bater, os pais sequer as castigam. Não sou nem de longe o primeiro a admirar a maneira como outros povos criam os seus filhos. Na citação que introduz este capítulo, Cabeça de Vaca, soldado e explorador do século XVI, não fala dos cultos astecas nem dos poderosos incas, mas de uma tribo de

índios esfarrapados, pobres, esfomeados e afligidos por epidemias, que apesar disso acolheram dezenas de espanhóis que chegaram em botes no litoral da Flórida e, sem pedir seus documentos, compartilharam com aqueles imigrantes ilegais europeus o pouco que tinham.

Coincidência? Parece que as pessoas que foram tratadas com carinho na infância se converteram em adultos mais pacíficos, mas amáveis. mais compreensivos e também mais saudáveis e felizes. Você poderá encontrar uma informação completa sobre esses efeitos a longo prazo do carinho em um excelente livro, Laços vitais, de Shelley Taylor.[5] Porém, é claro que não vamos tratar nossos filhos com carinho “porque assim serão mais…”. Não. Os trataremos com carinho porque os amamos. Se além disso eles ainda ficam mais carinhosos, melhor ainda. Mas os trataríamos com o mesmo carinho mesmo que quando adultos eles ficassem antipáticos, porque são nossos filhos.

Seria um erro acreditar que os “povos primitivos” têm a resposta, porque não existem povos primitivos. Todos os povos que existem hoje em dia são, por definição, atuais. Todos têm os mesmos milênios de história que nós.

Existem centenas de culturas humanas diferentes, e cada uma tem sua própria maneira de criar os filhos. Há alguns aspectos que todas têm em comum o bebê mama no peito, sua principal cuidadora é a mãe, durante os primeiros anos está em contato físico com a mãe ou com outra pessoa quase o tempo todo. É provável que esses aspectos que quase todos têm em comum representem “o normal”, a forma como os primeiros humanos criavam os seus filhos… E, nesse caso, deveria preocupar-nos que nossa cultura seja justamente quase a única exceção. Os Human Relations Area Files (Arquivos da Area de Relações Humanas) são uma organização internacional que agrupa universidades e

centros de pesquisa em mais de 30 países. Tentam recompilar todos os documentos de pesquisa antropológica existentes, de livros e revistas a notas e escritos que jamais foram publicados, e dispõem de um milhão de páginas de informações sobre 400 culturas passadas e presentes. Os documentos relativos a 60 dessas culturas, representativas dos cinco continentes, foram incluídos em uma base de dados eletrônica que contém 200.000 páginas de informação.

Alguns cientistas[6] analisaram detalhadamente essa base de dados eletrônica para comparar a criação das crianças em 60 culturas humanas infelizmente, a informação é incompleta e em muitos casos não oferece os dados necessários). Em 25 das 29 culturas sobre as quais esse dado era conhecido, as crianças dormiam com a mãe ou com ambos os pais. Em 30 de 30 eram levadas nas costas pela mãe. Em nenhuma, entre as 27 em que era conhecido esse dado, o bebê dormia em um quarto separado à noite, e somente em uma das 24 estava em um quarto separado durante o dia. Em 28 de 29 culturas, o lactente estava constantemente com outra pessoa ou vigiado. Em 48 de 48 as crianças eram amamentadas sempre em livre demanda. Em 35 casos havia dados sobre a idade habitual do desmame: antes de um ano em duas culturas, entre um ano e dois em sete, entre dois e três em 14 e mais de três anos em 12.

Quase todos concordam sobre o fundamental. Por outro lado, em outros hábitos como o vestuário e a alimentação, cada cultura é diferente e certamente muitas encontraram soluções igualmente corretas. A conduta dos chimpanzés é mais variada e adaptável que a dos coelhos, e a conduta humana é seguramente ainda mais adaptável, com certeza há muitas maneiras diferentes de criar bem uma criança.

Mas também há costumes tradicionais de algumas sociedades, como certas tatuagens e mutilações, que são prejudiciais às crianças. E é certo que muitas coisas da nossa cultura, como calçar sapatos ou aprender a escrever, são benéficas e não há motivos para renunciar a elas. Não, a resposta não é tentar criar nossos filhos como os bosquímanos ou os esquimós.

Por isso não será fácil decidir o que é melhor para os nossos filhos, qual é a maneira normal de criar um ser humano. Teremos que observar o que fazem outros mamíferos, principalmente nossos parentes, os primatas. Teremos que comparar o que fazem diversas sociedades humanas e escolher aquelas que pareçam funcionar melhor. Teremos que usar nossa razão para tentar adivinhar como viviam nossos antepassados e por que as crianças são como são. Acima de tudo, teremos que usai nosso coração, olhar para os nossos filhos e pensar na maneira de fazê -los felizes.

Seleção natral e Seleção Cultural

Os filhos com frequência parecem-se conosco e assim nos dão a primeira satisfação.

Joan Manuel Serrat

Os filhos se parecem conosco, o que não é de se estranhar, porque herdaram nossos genes. Porém, de vez em quando se produz um erro no complicado processo de copiar os genes para passá-los aos nossos descendentes. É o que chamamos de mutação.

As mutações são produzidas ao acaso, somos todos “mutantes”. Na maioria das vezes são mudanças químicas sem importância prática (uma pequena alteração no DNA que não tem nenhuma consequência ou uma proteína

ligeiramente diferente, mas que continua cumprindo a sua função) e não percebemos sua existência. Quando a mutação é importante o suficiente para produzir um efeito, na maior parte das vezes ela é prejudicial para a vítima: um leão com a vista ruim, uma mosca que não consegue voar… Esses animais morrem jovens deixando poucos ou nenhum descendente, e assim a seleção natural tende a eliminar as mutações prejudiciais.

De vez em quando, a mutação não tem nenhum efeito, nem positivo nem negativo, sobre a capacidade do animal de reproduzir e sobreviver. Olhos azuis ou castanhos, cabelo liso ou anelado são distribuídos aleatoriamente pelo planeta.

Muito de vez em quando uma mutação acaba sendo benéfica para um ser vivo. Uma flor de cores mais atraentes para as abelhas tem mais possibilidades de ser polinizada e produzir sementes. Uma gazela mais velo (talvez porque seus músculos e ossos sejam um pouco diferentes ou porque seus pulmões e seu coração tenham mais capacidade…) pode escapar das leoas. Uma girafa com o pescoço mais longo pode continuar comendo folhas da parte superior da árvore quando suas companheiras não encontram o que comer nos ramos mais baixos. Esses animais ou plantas têm mais filhos e netos que seus adversários, maior "sucesso reprodutivo", e seus genes serão propagados.

Não apenas a forma do corpo, mas também o comportamento, na medida em que ele for inato (ou seja, herdado dos pais sem necessidade de aprendizagem), está submetido à seleção natural. A pomba-rola que não choca seus ovos ou não protege seu ninho e a cerva que não chama seu filhote continuamente para mantê-lo limpo dos odores que possam atrair os lobos têm menos possibilidades de ter filhos ou de que seus filhos sobrevivam e lhes deem netos. Ao longo de milhões de anos, cada animal

desenvolveu o comportamento mais adequado para aumentar o seu sucesso reprodutivo.

O comportamento mais adequado, entenda-se, dentro de condições determinadas. Condições que dependem, em primeiro lugar, do acaso: os ratos poderiam escapar mais facilmente dos gatos se tivessem asas, como os morcegos, mas parece que não foi produzida a longa série de mutações necessárias para que nascessem asas. Em segundo lugar, das características próprias do animal: uma maior agressividade pode ser útil para um tigre, mas para um coelho é melhor saber esconder-se e fugir.

Um coelho que enfrentasse os lobos não deixaria muita descendência Há até diferenças de acordo com sexo: em muitas galináceas, o macho, que compete para atrair a atenção das fêmeas, tem uma plumagem vistosa, enquanto a fêmea, que permanece no ninho chocando, tem cores apagadas, de camuflagem. A mesma mutação, tons mais coloridos, seria benéfica para o macho, mas prejudicial para a fêmea. Em terceiro lugar, das circunstâncias ambientais: ter uma camada grossa de pelos é muito, útil em climas frios, mas não em climas quentes.

Todas essas condições constituem o ambiente evolutivo de uma espécie e esse ambiente pode mudar. Uma espécie perfeitamente adaptada pode notar de repente que seu corpo ou sua conduta são inúteis diante de uma mudança no clima ou na vegetação ou diante da aparição de predadores com novas técnicas de caça. Se a mudança é lenta e pouco intensa, talvez apareçam algumas mutações que permitam que a espécie mude para dar origem a uma raça ou até mesmo a uma nova espécie. De qualquer maneira, a velha espécie, como a conhecíamos, terá sido extinta.

A seleção natural é o que nos permite afirmar que cada animal cuida dos seus filhos da melhor maneira possível. Ao longo de milhões de anos, os que criavam seus filhos melhor tiveram mais filhos vivos e esse comportamento foi favorecido pela seleção natural.

No ser humano, e em menor grau em outros primatas, o comportamento não depende só dos genes, mas também do aprendizado. Os comportamentos aprendidos podem ser transmitidos não através dos genes, mas, por exemplo, através da educação, e não só a descendentes, mas também a outros membros da espécie. Isso permitiu que nos adaptássemos a todos os ambientes, das selvas aos desertos, dos campos verdejantes aos gelos perpétuos. E permite também que nos adaptemos com grande rapidez a todas as mudanças, pois a solução que uma pessoa encontra para um determinado problema não é transmitida a um punhado de descendentes ao longo de milhares de anos, mas pode alcançar milhões de pessoas em poucos anos ou até mesmo em poucos dias.

Ao falar de seleção natural entre os animais, costuma-se usar uma linguagem figurada, atribuindo liberdade, vontade e finalidade ao que não é nada mais que um processo causal. Assim, costuma-se dizer que “o macho do pavão desenvolveu plumas grandes e vistosas para chamar a atenção das fêmeas”, como se o pavão tivesse desenhado e fabricado sua plumagem (quando na verdade trata-se de uma longa série de mutações ao acaso) e como se a fêmea fosse alheia ao processo (a exibição não serve para nada se isso não atrai a pavoa; as pavoas têm um interesse instintivo pelas plumas do seu galã, interesse que também é transmitido pelos genes).

É claro que ninguém acredita que o pavão tenha desenhado conscientemente uma pena, e todo mundo entende que é

apenas uma licença poética (pois os cientistas também têm um coração). Mas ao falar da conduta humana, na qual a seleção natural deu lugar à seleção cultural, essa maneira de falar gera múltiplas confusões. Assim é quando comparamos o comportamento de um rapaz jovem com o do pavão: uma moto ou uma calça de couro servem para “exibir-se como um pavão” e a evolução favoreceria esse comportamento porque aumentaria o sucesso reprodutivo. Mas a situação é muito diferente. Primeiro, porque o ser humano realmente desenha ou escolhe a sua roupa com um propósito definido, e não ao acaso. Segundo, porque esse propósito pode ser muito diferente do sucesso reprodutivo. É até provável que esse jovem que está se exibindo não tenha o menor interesse em reproduzir-se (embora possa ter interesse em algumas das etapas prévias). Terceiro, porque seja qual for o objetivo, ninguém garante que o comportamento em questão alcançará de fato esse objetivo. Um rapaz pode escolher com cuidado a sua roupa, o seu penteado e a sua “pose”, sua maneira de falar e de se comportar, com o objetivo de tornar-se irresistível para o sexo oposto… E perceber que acham que ele é um exibido, um metido ou um completo idiota. E, apesar do seu fracasso, pode ser que outros o imitem e sigam a sua moda, pelo menos por um tempo.

Por culpa da seleção cultural já não podemos afirmar que nós, seres humanos, criamos nossos filhos da melhor maneira possível. Uma inovação já não precisa contribuir para a nossa sobrevivência ou a dos nossos filhos para ser difundida. A longo prazo, a verdade provavelmen te acaba imperando. Porém, a médio prazo (alguns séculos), é possível que membros de uma sociedade inteira façam coisas prejudiciais a seus filhos sem perceberem, convencidos de que estão fazendo tudo perfeitamente. A história europeia recente nos proporciona abundantes exemplos de erros amplamente difundidos entre médicos e

educadores houve uma época em que enfaixavam os bebês como múmias, com vendas apertadas da cabeça aos pés, ou em que castigavam as crianças que tentavam escrever com a mão esquerda. Somos tão arrogantes para pensar que agora, justamente agora, estamos fazendo tudo certo? Será que não fazemos, damos importância ou acreditamos em algo que, dentro de cem anos, provocará o assombro, o espanto ou as gargalhadas dos nossos bisnetos?

Em outros animais, quase todos os comportamentos têm um caráter adaptativo (ou seja, são úteis para a sobrevivência). Quando vemos unia mãe animal fazendo alguma coisa com seu filho, é razoável pensar: “Isso deve servir para alguma coisa, porque se não servisse ela não o faria”. A primeira gazela que passou o dia lambendo o seu filhote não o fez por capricho, porque teve vontade naquele momento e não tinha nada melhor para fazer. Também não agiu de forma deliberada, pensando: “Assim os leopardos não sentirão o cheiro do meu filhote”. Ela fez assim porque uma mutação mudou o seu comportamento, não poderia ter feito outra coisa (estou simplificando, é claro; é provável que tenham sido várias mutações complexas ao longo de milhões de anos). E, se as gazelas atuais continuam fazendo o mesmo, é porque esse comportamento foi realmente muito útil. Por outro lado, a primeira pessoa que deu uma palmada em uma criança, que a deixou chorar sem pegá-la no colo, que deu o peito seguindo um horário ou que deu a ela um amuleto, de fato fez assim porque teve vontade. São condutas voluntárias, que não obedecem aos genes. Ela poderia fazer ou não fazer. Pode ser que essa primeira pessoa que bateu no filho o tenha feito por acaso, por que estava com raiva e era incapaz de controlar a sua ira, ou pode ser que ela o tenha feito com um propósito determinado. E esse propósito pode ser o bem do filho, ou o bem dos pais, ou a vontade dos deuses, ou qualquer teoria filosófica estranha. Muitas vezes, famílias diferentes fazem o mesmo, mas por motivos

distintos. Uns batem nos filhos para castigá-los por terem brigado, acreditando que assim ensinam que os golpes doem e que devemos ser pacíficos. Outros batem nos filhos para acostumá-los, para que se convertam em guerreiros agressivos e não se deixem dominar. Uns penduram um amuleto no pescoço para proteger-se do mau-olhado, outros fazem o mesmo para mostrar que pertencem a um determinado grupo. Outros simplesmente usam o amuleto porque ele é decorativo. Alguns deixam um bebê chorar porque acreditam que é bom para os pulmões. Outros, para fortalecer sua personalidade. Outros, ainda, para que não aprendam a ter tudo do seu jeito (ou seja, para que não tenham uma personalidade tão forte).

E todas essas invenções podem ser difundidas, funcionem ou não. O importante é a capacidade de seus inventores de convencer outros pais. Antigamente, um costume se difundia mais rapidamente se os médicos ou feiticeiros o respaldavam. Hoje em dia pode funcionar mais vender muitos livros ou sair na televisão. É possível que apareçam e triunfem comportamentos que dificultem nossa sobrevivência ou diminuam nosso sucesso reprodutivo. Se o consumo de álcool e outras drogas fosse transmitido por um gene e não por imitação, dificilmente teria sido tão difundido (é verdade que algumas pessoas podem ser geneticamente mais suscetíveis a ter um vício, mas os milhões de fumadores atuais não tão descendentes diretos do primeiro fumador, e não são os genes, mas sim a pressão social, a educação sanitária, a moda ou a publicidade que determinam se em uma sociedade fuma-se muito ou pouco).

Até mesmo quando são benéficas, as mudanças culturais podem entrar em choque com características físicas ou de comportamento que são fruto da herança genética, e que não podem mudar da noite para o dia. Nossa alimentação nos permite viver mais anos que nossos antepassados das

cavernas, mas com mais cáries. Nossa organização do trabalho nos garante bem-estar e prosperidade, mas nas segundas-feiras de manhã preferiríamos ficar na cama…

Portanto, diante de comportamentos que já não dependem dos genes, mas sim da cultura, já não é válido o raciocínio “se todo mundo faz, deve servir para alguma coisa”. Não é válido para nossa cultura nem para nenhuma outra. As coisas não podem ser justificadas “porque sempre fizeram assim” nem “porque os aborígenes da Nova Guiné fazem assim”.

Como os animais criam os seus filhos

Espertos ou indefesos

É evidente para todos que entendem alguma coisa de crianças que nós chegamos ao mundo indefesos.

Daniel Defoe, *Moll Flanders*

Os insetos, peixes, répteis e anfíbios costumam ter muitos filhos e os deixam sozinhos. Entre tantos, algum sobreviverá. As aves e os mamíferos, por outro lado, têm poucos filhos e cuidam deles, os protegem e alimentam durante o seu período de crescimento.

O grau de autonomia do recém-nascido varia enormemente entre os mamíferos. Muitos carnívoros, como os gatos ou lobos, têm filhotes indefesos, que quase não caminham e que têm que ser mantidos aquecidos e escondidos em uma toca. Os pequenos herbívoros, como o coelho, também mantêm os filhotes em uma toca, pois a mãe pode permanecer na mesma zona por semanas, saindo para comer e voltando de vez em quando para dar o peito.

Os grandes herbívoros, sobretudo se vivem em manadas, acabam rapidamente com a grama do lugar onde vivem e têm que se deslocar todos os dias em busca de novos pastos. O filhote deve acompanhá-los nos seus deslocamentos desde o primeiro dia. Por isso, eles costumam ter filhotes capazes de caminhar e correr poucos minutos depois de nascer.

No seu excelente livro,[7] do qual extraí a maior parte das informações sobre como os animais criam seus filhotes, Susan Allport afirma que "os predadores, animais capazes de proteger seus filhotes e a si mesmos, podem permitir-se ter filhotes indefesos". Entretanto, tenho a impressão de que um búfalo herbívoro pode defender seus filhotes bastante melhor que um gato carnívoro. E, de qualquer jeito, que desvantagem haveria para o tigre se seus filhotes pudessem caminhar desde o nascimento? Embora ele "pudesse permitir-se" ter filhotes indefesos, não seria ainda melhor ter filhotes mais autônomos? Suponho que a resposta está no aprendizado. O cervo não pode aprender a fugir dos lobos. Tem que fugir bem na primeira vez ou não terá outra oportunidade de fugir. Portanto, nasce com capacidade de fugir, o que colocará em prática, sempre da mesma maneira, diante de qualquer perigo. Os caçadores, por outro lado, perseguem suas presas centenas de vezes ao longo da vida, e isso lhes dá a oportunidade de aprender com seus erros, aperfeiçoar a técnica, inventar novas estratégias adaptadas a cada terreno ou a cada tipo de presa. Durante a sua infância, o gato persegue moscas, novelos de lã ou o seu próprio rabo. Mais adiante, acompanha a mãe para aprender com ela a arte da caça. Com frequência "brinca de gato e rato" com suas presas, soltando-as e voltando a capturá-las para praticar. Possivelmente o gato não poderia aprender se já "nascesse ensinado". O estado indefeso de suas primeiras semanas é o preço a pagar por um comportamento que não depende somente dos genes, mas também em parte da

aprendizagem, e que o faz, portanto, mais adaptável às mudanças ambientais.

Os primatas também nascem indefesos, provavelmente como consequência da sua adaptação à vida nas árvores. Bambi (como todos os cervinhos na vida real) se esparrama no chão várias vezes antes de conseguir andar. Isso não tem importância se o animal já está no chão, mas pode ser fatal se ele cai de um tronco. Os macacos nascem indefesos e se deslocam agarrados à mãe durante um tempo. Somente se aventuram sozinhos quando são capazes de fazê-lo perfeitamente, sem cair nem uma vez.

Os macacos recém-nascidos agarram-se sozinhos à sua mãe com exceção dos chimpanzés e gorilas. Eles se parecem tanto conosco que, durante as primeiras semanas, é a mãe que tem que carregar o filhote.

Somos tão parecidos com nossos primos, os grandes símios, que nos reconhecemos em seu comportamento e eles no nosso. Podem aprender de nós e também podem nos ensinar, como nos conta Eva, uma mãe de Barcelona, que teve o privilégio de viver um momento mágico e de tê-lo reconhecido como tal:

Estávamos no zoológico e nos aproximamos do recinto dos chimpanzés. Os observávamos através de uma enorme parede de vidro quando Xavi, nosso filho menor, de três meses, começou a chorar. Alguns chimpanzés se aproximaram e puseram as mãos no vidro, tentando tocá-lo. Um dos chimpanzés era uma fêmea velhinha que, ao ver que Xavi continuava nervoso, levantou o braço e ofereceu o seu mamilo ao meu bebê. Xavi parou de reclamar e a fêmea desgrudou do vidro, embora tenha permanecido perto dele, tentando acariciá-lo com a parte de trás das mãos. E quando o viu chorar de novo, voltou a oferecer-lhe o peito. Apesar de

sentir que tínhamos visto algo muito especial, pensei no triste que havia sido a experiência. Há dois dias, uma velha chimpanzé, obrigada a viver em um zoológico, não hesitou em oferecer seu peito a um filhote de outra espécie que chorava. Há um mês e meio, meu bebê chorava em uma reunião e a maioria dos presentes insistia que eu não deveria dar o peito novamente, que assim eu o acostumaria mal, e que deveria deixá-lo no seu carrinho (houve quem opinasse que o bebê estava nervoso porque sentia falta do bercinho… sem comentários).

Esconder, levar, seguir

Outra diferença fundamental se estabelece entre os mamíferos que es-, condem seus filhotes em ninhos e tocas, como os coelhos, e aqueles que levam seus filhotes por toda parte, dependurados como os primatas ou andando como as ovelhas.

A mãe coelha passa o maior tempo possível a uns metros de distância de sua toca para não atrair os lobos com seu cheiro (o cheiro dos filhotes é muito mais fraco que o da mãe). Estão vendo o que eu dizia antes? Já comecei a usar essa linguagem poética, como se a coelha fizesse as coisas de propósito. Ela não sabe sobre o cheiro nem sobre os lobos. Ela faz assim porque seus genes a obrigam a fazê-lo, e ao longo de milhões de anos as coelhas cujos genes as levaram a manter-se afastadas da toca tiveram mais filhos vivos que aquelas que tinham o gene que as fazia ficar dentro da toca. O triunfo desse comportamento é a prova de que isso era útil no ambiente evolutivo da espécie, ou seja, quando havia lobos. Agora que em muitos países não restam lobos nem quase nenhum outro predador, esse comportamento da coelha pode ser inútil, mas a coelha não sabe disso e continua comportando-se da mesma forma.

A mãe coelha deixa os seus filhotes escondidos na toca e somente lhes dá o peito uma ou duas vezes por dia.[8] Para passar tantas horas sem comer, os coelhinhos precisam de um leite muito concentrado: 13% de proteínas e 9% de gorduras.[9] O filhote da cabra acompanha sua mãe por todas as partes e mama de forma quase contínua. Por isso seu leite tem apenas 2,9% de proteínas e 4,5% de gorduras.[10] (O leite materno tem 0,9% de proteínas e 4,2% de gorduras. Quanto tempo você acha que um bebê pode aguentar sem mamar com isso?) Como em uma delicada coreografia, o comportamento dos filhotes foi evoluindo em consonância com o de suas mães e com a composição do leite: os coelhinhos que saíam da toca tentando seguir a mãe morreram jovens, assim como os cordeiros que se sentavam para esperar pela mãe em vez de segui-la. Quando ficam sozinhos em sua toca, os coelhinhos estão totalmente quietos e calados, pois se chorassem chamando pela mãe poderiam atrair os lobos. Por sua vez, as cabrinhas que perdem a mãe de vista por um instante imediatamente começam a chamá-la desesperadamente.

Assim, o comportamento da mãe e dos filhotes é diferente e característico de cada espécie, e está adaptado à sua forma de vida e às suas necessidades. Seria ridículo tentar explicar a uma coelha que ela tem que ser uma “boa mãe” e passar mais tempo com seus filhos, do mesmo modo que seria absurdo dizer a uma cabra que não ande sempre com o seu filhote “agarrado na barra da saia”, porque o filhote precisa “ficar independente” e a mãe “também precisa de momentos de intimidade para sua vida de casal”.

Os primatas em geral precisam de um contato contínuo com a mãe. John Bowlby, um psiquiatra infantil inglês, descreve com detalhes em Apego: a natureza do vínculo[11] o comportamento de apego em diferentes primatas a partir das observações de diversos cientistas. Explica, por

exemplo, as peripécias de outro investigador, Bolwig, que decidiu criar em sua casa um filhote órfão de macaco e fazer o papel de mãe substi tuta para estudar suas reações. Curiosamente, recebia o mesmo que as mães normais, conselhos de todo mundo sobre a melhor maneira de criar um macaco:

Bolwig descreve a intensidade do apego manifestado por seu macaquinho cada vez que convenciam seu cuidador (apesar dos seus argumentos) sobre a necessidade de castigá-lo, fechando as portas de casa, por exemplo, ou trancando-o em uma jaula. “Cada vez que tentei… Produzia-se um atraso no desenvolvimento do macaco. Aumentava seu apego a mim e ele ficava mais travesso e mais difícil de controlar.”

O castigo e a separação geram um resultado tão ruim no macaco quanto no bebê. Vejam o que aconteceu um dia em que Bolwig meteu seu macaco em uma jaula:

Agarrou-se a mim e não permitiu que eu me distanciasse do seu campo visual durante o resto do dia. Durante a noite, enquanto dormia, acordava de tempos em tempos, emitindo breves guinchos e agarrando-se a mim, e quando eu tentava soltar-me ele vivia um profundo terror. (Bolwig, citado por Bowlby.)

Se os cientistas encontrassem um novo animal, até agora desconhecido, e quisessem averiguar rapidamente (sem necessidade de observá-lo durante semanas) qual é a sua maneira normal de cuidar dos seus filhotes, poderiam fazer um experimento muito simples: levar a mãe e deixar os filhotes sozinhos. Se eles ficam quietos e calados, é porque o normal nessa espécie é que os filhotes fiquem sozinhos. Se começam a gritar como se os matassem, é porque o normal nessa espécie é que os filhotes não se separem da mãe nem

por um momento. E seu filho, como reage quando você se afasta dele? O que você acha que é o normal na nossa espécie?

Pelo comportamento dos nossos filhos, pela observação dos nossos parentes (animais) mais próximos e pela composição do nosso leite, podemos deduzir que o ser humano pertence integralmente ao grupo dos animais que mamam continuamente. As mães bosquímanas (!Kung) levam seus filhos constantemente com elas, e os bebês servem-se sozinhos: mamam quatro vezes por hora ou mais durante vários anos. Blurton Jones, um etólogo (especialista no comportamento animal) britânico que estudou o comportamento das crianças, sugeriu que as "cólicas do lactente" poderiam ser a resposta dos bebês quando tentam alimentá-los em intervalos em vez de continuamente.[7] De fato, foi observado que macacos criados em cativeiro com mamadeira e alimentados a cada duas horas sofrem frequentes vômitos e arrotos, diferente dos que são amamentados continuamente pelas suas mães.

Suan Allport sugere que a passagem de amamentar continuamente para fazê-lo em intervalos é muito antiga, talvez desde o começo da agricultura:

As mulheres devem ter dado saltos de alegria diante da possibilidade de deixar seus filhos em algum lugar seguro (uma casa, uma cama, sob o cuidado de um irmão mais velho) e ir fazer as suas coisas sem empecilhos.

Essa parece uma interpretação excessivamente centrada na cultura norte-americana do século XX. Embora a frequência da amamentação nas bosquímanas pareça um recorde mundial, a verdade é que em muitas sociedades agrícolas as mulheres trabalhavam com seus filhos nas costas, e as mamadas em intervalos regulares são uma invenção muito

moderna. As avós (ou bisavós) de muitas leitoras ainda iam com o filho no colo para todo lado. A ideia de dar o peito com um horário fixo é recente, e no princípio não eram a cada três e menos ainda a cada quatro horas. Ainda em 1927 recomendava-se amamentar a cada duas horas e meia durante o primeiro trimestre.[13] Pode-se enganar parte da população durante algum tempo, mas a maior parte da humanidade durante a maior parte da história amamentou em livre demanda.

Por outro lado, não acredito que a maioria das mães, há milênios, consideravam seus filhos “empecilhos”, nem “deram saltos de alegria” diante da possibilidade de se separar deles. Conheço muitas mães que consideram seus filhos o seu maior tesouro e que se sentem tristes (mui tas usam a palavra “culpadas”) quando se veem obrigadas a deixá-los para ir trabalhar.

Há milhões de anos, antes da nossa evolução cultural, as mães pré-humanas já cuidavam de seus filhos. Tanto os filhos quanto as mães exibiam um comportamento inato, instintivo, determinado pelos genes, Aquele comportamento estava plenamente adaptado ao ambiente em que a nossa espécie evoluiu, provavelmente em pequenos grupos de recoletores e pastores, em uma savana povoada por perigosos predadores.

Desde então, diversos grupos humanos idealizaram e voltaram a abandonar dezenas de métodos de criação.

Nas culturas tradicionais, os pais aprendiam por observação a forma “normal” de criar os filhos, e as mudanças eram lentas e escassas. Na nossa sociedade de informação e desvinculação, a mãe pode rejeitar como inadequada ou antiquada a forma como sua própria mãe a criou e substituí-la por conselhos de suas amigas ou porque leu em livros ou

viu em filmes. Assim convivem métodos de criação muito distintos. Alguns pais dormem com seus filhos, outros os colocam em um quarto separado. Alguns os carregam no colo quase o tempo todo, outros os deixam em um berço, mesmo se chorarem. Alguns toleram pacientemente as birras e exigências das crianças pequenas, outros tentam corrigi-las com severos castigos. E há centenas de comportamentos intermediários, é claro. Cada um deles está convencido de estar fazendo o melhor para seu filho — se não fosse assim, não o faria! Mas independentemente do que quer que seja que tenhamos aprendido, lido, visto, escutado, acreditado ou rejeitado ao longo de toda a nossa vida, nossos filhos continuam nascendo iguais. No momento de nascer, suas expectativas não vêm marcadas pela evolução cultural, mas pela evolução natural, pelos seus genes.

No momento de nascer, nossos filhos são basicamente iguais aos que nasceram há cem mil anos. Nos últimos milênios, para não dizer nas últimas décadas, houve enormes mudanças culturais, mas não houve mudanças genéticas dignas de menção no comportamento dos bebês. A forma como os bebês se comportam espontaneamente, a forma como esperam ser tratados, a forma como reagem aos diferentes tratamentos que recebem não mudaram em milhares de anos. A medida que o bebê cresce, vai conhecendo e talvez aceitando as normas e os costumes da sua cultura, em um processo gradual que leva meses e anos. Não podemos desejar que se ajustem aos nossos desejos de forma instantânea. Se queremos entender por que as crianças são como são, temos que voltar a milênios atrás e observar como nos adaptamos ao nosso ambiente evolutivo.

No regaço da humanidade

Oh, Senhor! Navegar com esta tripulação de pagãos que receberam tão poucas carícias de mães humanas! Paridos em algum lugar pelo oceano infestado de tubarões.

Herman Melville, *Moby Dick*

Evitei deliberadamente o título frequentemente usado “o berço da humanidade”, pois se sabe bem que no princípio não havia berços.

Dizem que nossos primitivos antepassados pré-humanos começaram a evoluir para o que somos agora quando desceram das árvores para viver na savana. Teoricamente, a vida em terra firme poderia ter favorecido de novo aqueles bebês mais precoces e autônomos. Mas antes disso, nossos antepassados sofreram uma mutação muito mais importante e totalmente incompatível com a precocidade dos filhotes: a inteligência.

Por um lado, a inteligência requer aprendizagem (ou seja, um comportamento sofisticado, adaptável às circunstâncias variáveis, em oposição a rigidez dos comportamentos inatos). E quanto maior for a inteligência, maior maior o tempo de aprendizagem. Por outro lado, a inteligência exige um cérebro grande, mas para caminhar de pé precisamos de uma pélvis estreita (se tivéssemos a pélvis larga como a de um quadrúpede desenvolveríamos uma hérnia; as tripas sairíam pelo buraco, por efeito da gravidade). Como fazer para que uma cabeça cada vez maior passe por uma pelvis cada vez menor? O parto se complicou. Parece que os antigos hebreus já haviam captado a essência do problema:“Parirás os teus filhos com dor”, é a consequência de ter provado a fruta da árvore da ciência.

A cabeça do recém-nascido já não pode ser maior, e desse modo a evolução favoreceu uma mutação absolutamente original e única entre todos os mamíferos. Nascemos com o cérebro em construção, antes que acabe de formar-se a bainha de mielina, uma camada que envolve os neurônios e os permite funcionar. Consequentemente, a cabeça é a parte do corpo que mais cresce depois do parto, e por isso nossos bebês demoram muito mais para aprender a andar do que os de qualquer outro mamífero.

Nenhum outro animal precisa que o alimentem e protejam por tantos anos. Um rapaz de 19 anos que more sozinho na sua própria casa e vive de seu próprio trabalho, parecerá, do nosso ponto de vista, um rapaz muito esperto. Mas um rapaz de 14 anos que more sozinho parecerá um menino abandonado e despertará nossa compaixão. Com que idade você acha que seus filhos podem se virar sozinhos?

É difícil que uma única pessoa possa conseguir cuidar, alimentar e proteger os filhos por tanto tempo. As mães precisaram da ajuda da família (o pai, a avó, os tios e irmãos mais velhos) e da sociedade em conjunto, de toda a tribo. Em quase todas as culturas humanas, o pai permanece junto à mãe durante anos e a ajuda a proteger e alimentar seus filhos.

Essa cooperação na criação dos filhos nem sempre envolveu carregar os bebês no colo ou trocar as fraldas. Em muitas culturas e em muitas épocas, o cuidado físico de crianças pequenas corresponde quase exclusivamente à mãe e a outras mulheres. Mas o pai continuou cooperando, caçando, protegendo ou trabalhando em um escritório.[7] Até nas sociedades mais machistas o homem que não se ocupa de manter sua família é objeto de desprezo de seus companheiros.

Por que não querem ficar sozinhas

Não obstante, ninguém conseguiu aliviar a angústia e a dor daquela criança infeliz, cuja mãe não respondia ao seu chamado.

Fernán Caballero, *La noche de Navidad*

O que aconteceria com uma criança pequena, sozinha e nua na selva? Em apenas algumas horas o bebê poderia ser queimado pelo sol, esfriar muito na sombra ou ser devorado por hienas ou por simples ratos. Aquelas mães que deixavam os seus filhos sozinhos por mais de alguns minutos logo ficavam sem filhos. Seus genes eram eliminados pela seleção natural. Por outro lado, os genes que impulsionavam as mães a estar junto aos filhos foram transmitidos a múltiplos descendentes.

Você, leitor, é um desses descendentes. As mulheres de hoje em dia têm uma inclinação genética e espontânea a permanecer junto aos seus filhos.

Langis[2] observa isso muito bem, ainda que em sua ignorância o considere entre "as 13 condições da escravidão dos pais de hoje em dia" (como se antes de "hoje em dia" tivesse sido diferente, como se fazer o que você deseja fosse uma escravidão):

Não decidimos deixar a criança em mãos alheias…

É claro que essa inclinação pode ser facilmente contrastada por crenças, opiniões ou costumes mais recentes, nascidos da evolução cultural. As mães deixam os filhos para ir trabalhar, para ir as compras ou para sentar e ver televisão. Os deixam por minutos ou horas. Os deixam com outros membros da família, com babás ou em berçários… Mas os

genes continuam estando ali, e a maioria das mães nota o seu efeito.

A ansiedade que a mãe sofre ao separar-se de seu filho já foi explorada exaustivamente nos programas de humor: a mãe que acorda no meio da noite e entra no quarto do bebê para comprovar se ele ainda respira, ou a que vai sair com o marido deixando uma longa lista de instruções e telefones de urgência com a babá e depois liga infinitas vezes do restaurante.

Acabo de ver uma comédia norte-americana sobre uma mãe solteira, sobrecarregada e estressada pelo trabalho. Sua amiga e psiquiatra a convence de que é uma boa ideia deixar o filho, que não parece ter nem um ano, com a babá e passar um fim de semana sozinha de férias. Todos acham graça da sua ansiedade, do seu medo de deixar o bebê sozinho, de como ela volta antes do tempo porque o bebê teve uma febrinha. Ninguém no filme entende que ter que se separar do filho diariamente para trabalhar é justamente um dos fatores que aumenta o seu estresse. Ninguém imagina sequer que uma mãe possa passar férias relaxantes com seu filho. De forma insidiosa, mas implacável, nos vão oferecendo modelos culturais, nos vão explicando o que está certo e o que esta errado. Na nossa sociedade, férias sem filhos são aceitáveis, enquanto férias sem o marido ou sem a esposa são quase impensáveis. Quando você tem um filho, muita gente insiste que você precisa continuar mantendo pelo menos de vez em quando, a “vida de casal”, mas quando você se casa ninguém sugere que você deveria manter a sua “vida de solteiro”

Muitas mães sentem-se mal quando deixam o filho em um berçário e nos primeiros dias pode haver tantas lágrimas fora quanto dentro. “O meu coração se parte quando o deixo”, contam. Muitas mães sentem-se mal quando voltam

a trabalhar. Nossa sociedade interpreta esse mal-estar como “sentir-se culpada”, mas isso não está nos genes, é apenas a interpretação cultural de um fenômeno subjacente. Essa culpa é conveniente para alguns. Uma mãe que interpretasse esse mal-estar não como culpa, mas como raiva ou indignação diante da desumanidade do nosso sistema trabalhista ou da insuficiência da nossa licença-maternidade (as suecas têm mais de um ano de licença-maternidade. As bielo-russas[13] têm três anos), seria importunamente subversiva.

Por que choram quando você sai do quarto

> *[…] lhe cansa uma súbita sensação de terror, como aquela que se pode imaginar que atinge O coração de uma criança perdida*
>
> Charles Dickens, *Um conto de duas cidade*

O imediatismo é uma das características do choro infantil que assombra e irrita algumas pessoas. “É deixá-lo no berço e ele começa a chorar como se o estivessem matando.”

Para alguns especialistas em educação, essa é uma desagradável faceta da personalidade infantil, e o objetivo deve ser vencer o seu “egoísmo” e a sua “obstinação”, ensiná-los a atrasar a satisfação dos seus desejos. Por que não pode ter um pouco mais de paciência, por que não pode esperar um pouco mais? Poderíamos compreender se, 15 minutos depois que a mãe tivesse saído, começassem a ficar um pouco nervosos; se em meia hora choramingassem e se em duas horas chorassem com todas as suas forças. Isso parecería lógico e razoável. Isso é o que nós, adultos, fazemos, o que fazem as crianças mais velhas quando lhes “ensinamos” a ter pacientes, não é? Mas, em vez disso, nossos filhos pequenos começam a chorar com todas as suas

forças quando se separam da mãe. Choram ainda mais forte (o que parecería impossível!) em cinco minutos e somente param de chorar por esgotamento. Não parece lógico!

Mas, sim, é lógico. Começar a chorar de maneira imediata é o comportamento “lógico”, o comportamento adaptativo, o comportamento que a seleção natural favoreceu durante milhões de anos, porque facilita a sobrevivência do indivíduo. Naquela tribo de 100.000 anos atrás, se um bebê separado de uma mãe chorasse de forma imediata e com toda a potência do seu pulmão, sua mãe provavelmente voltaria imediatamente para pegá-lo. Porque essa mãe não tinha cultura, nem religião, nem conhecia os conceitos de “bem”, “caridade”, “dever” ou “justiça”. Não cuidava de seu filho porque pensava que essa era sua obrigação, nem porque tinha medo da prisão ou do inferno. O choro do bebê simplesmente desencadeava nela um impulso forte, irresistível, de acudi-lo e acalmá-o. Mas se um bebê ficasse calado durante 15 minutos e depois choramingasse levemente, e só gritasse com toda sua força depois de duas horas, sua mãe então já poderia estar longe demais e não escutá-lo.

Esse grito tardio já não tinha nenhuma utilidade para sua sobrevivência, e ainda por cima contribuía para acelerar o seu fim. Porque, tanto nesse tempo quanto agora, o grito de angústia de um filhote abandonado era música para os ouvidos das hienas.

E, se pensarmos um pouco, veremos que esse comportamento que parece “lógico” e “racional” diante da separação da pessoa amada, esperar um tempo e ficar nervoso pouco a pouco, somente temos nós, os adultos, quando esperamos com confiança o regresso do ausente. imagine que sua filha de 15 anos está na escola. Durante o horário escolar você não se preocupa nem um pouco com

essa separação porque sabe perfeitamente onde ela está e quando voltará (será que seu filho de dois anos sabe onde você está e quando voltará? Mesmo que lhe expliquem ele não pode entender!). Se passarem 30 minutos da hora em que ela costuma voltar para casa, será fácil descartar seus primeiros temores ("O ônibus deve ter atrasado… Ela deve estar falando com os amigos. Deve ter ido comprar uma caneta…"). Se ela demora mais de uma hora você começa a ficar nervosa ("Esses meninos, parece mentira, são uns irresponsáveis, ela poderia pelo menos ter ligado, por isso eu comprei o celular"). Se ela demora duas ou três horas, você começará a ligar para as amigas dela para ver se ela está na casa de alguém. Se em cinco horas você não tem notícias, estará chorando e ligando para os hospitais, para saber se ela foi atropelada. Depois de 12 horas você vai chorar ainda mais e vai procurar a polícia, que lhe explicará que muitos adolescentes fogem por qualquer bobagem, mas que quase todos voltam antes de três dias. Por três dias você se agarrará a essa esperança, mas cada vez vai chorar mais, e em uma semana será a imagem viva do desespero.

Mas imagine agora que você tem uma forte discussão com sua filha de 15 anos na qual são proferidas amargas reprovações e graves insultos, e finalmente ela mete umas roupas em uma mochila e grita: "Te odeio, odeio vocês, estou cheia dessa família, vou embora para sempre, não quero te ver nunca mais na vida", e sai batendo a porta. Quantas horas você vai esperar, alegre e despreocupada, antes de começar a chorar? Não começará a chorar antes mesmo que ela saia de casa, não a seguirá pelas escadas, não correrá atrás dela pela rua, não tentará agarrá-la sem medo de dar um show na frente de todos os vizinhos, não se ajoelhará aos seus pés e lhe suplicará, não continuará até que o esgotamento a impeça de seguir correndo? Você acha que esse comportamento seria "infantil" ou "egoísta" da sua parte? Você acha que escutaria os vizinhos comentando:

“Veja que mãe mais mal-educada, não faz nem cinco minutos que a filha saiu e ela já está chorando como uma histérica. Com certeza ela está fazendo isso para chamar a atenção”?

Sim, é fácil ser paciente quando você está convencido de que a pessoa amada voltará. Mas você não será tão paciente quando tiver dúvidas a esse respeito. E quando tiver certeza absoluta de que a pessoa amada não pensa em voltar, não será nem um pouco paciente.

Você tem que esperar 15 anos para viver uma cena assim. Sua filha já se importa assim agora, cada vez que você sai. Porque ela ainda é pequena demais para saber se você vai voltar ou não, ou quando vai voltar, ou se estará perto ou longe enquanto isso. E, por precaução, seu comportamento automático, instintivo, o que herdou dos seus antepassados ao longo de milhares de anos, será comportar-se sempre como se estivesse acontecendo o pior. Cada vez que se separar de você, sua filha chorará como se você tivesse ido embora para sempre (e o que dizer das mães que tentam “tranquilizar” os filhos com frases do tipo “se você não for bonzinho a mamãe vai embora”; “se você não se comportar a mamãe não vai gostar de você”?).

Em três, quatro, cinco anos, à medida que vá compreendendo que a sua mãe voltará, sua filha poderá esperar cada vez mais tranquila e por cada vez mais tempo. Mas isso não será porque ela é “menos egoísta” nem “mais compreensiva”, e muito menos porque você, seguindo os conselhos de algum livro, a “ensinou a prorrogar a satisfação dos seus caprichos”.

Os recém-nascidos precisam de contato físico. Foi comprovado experimentalmente que, durante a primeira

hora depois do parto, os que estão no berço choram dez vezes mais que os que estão no colo da mãe.

Em alguns meses, é provável que se conformem com o contato visual Seu filho estará feliz, pelo menos por um instante, se puder vê-la e se você sorrir para ele e fizer umas gracinhas de vez em quando. Há 100.000 anos, os bebês de meses provavelmente não se separavam nunca da mãe, pois isso significava estar jogados no chão, pelados. Agora estão bem agasalhadinhos em um lugar macio, e mesmo que seu instinto continue dizendo que eles estariam melhor no colo, são tão compreensivos e têm uma vontade de fazer-nos felizes que a maioria se resigna a passar uns minutos em uma cadeirinha. Mas, assim que você desaparecer do seu campo visual, seu filho começará a chorar “como se o estivessem matando”. Quantas vezes uma mãe ouviu essa frase! Porque, efetivamente, a morte foi, durante milhares de anos, o destino dos bebês cujo choro não obtinha resposta.

É claro que o ambiente em que são criados nossos filhos é muito diferente daquele no qual a nossa espécie evoluiu. Quando você deixa o seu filho no berço, sabe que ele não vai passar frio nem calor, que o teto o protege da chuva e as paredes do vento, que nem os lobos nos os ratos o devorarão, nem as formigas o picarão. Você sabe que estará a poucos metros, no quarto ao lado, e que poderá atendê-lo rapidamente no caso de qualquer problema. Mas seu filho não sabe disso. Não tem como sabê-lo. Ele vai reagir exatamente como teria reagido um bebê paleolítico na mesma situação. Não é porque ele tem medo dos lobos, ele sequer sabe que os lobos existem (e que estão chegando à extinção) O que ele tem é pânico de ficar sozinho. O seu choro não é uma reação a um perigo real, mas sim a uma situação, a separação, que durante milênios significou invariavelmente perigo. Os bebês choram quando ficam sozinhos, haja lobos ou não.

Sendo assim, em milhares de anos, por evolução, será que os bebês nascerão diferentes, que já não precisarão de companhia constante, será que ficarão sozinhos e felizes? Provavelmente não. Para que a evolução atue, é preciso de tempo, mas o tempo não é a causa da evolução. São necessárias muitas mutações e é preciso que haja uma vantagem seletiva. Sem mutação e sem vantagem, podem passar milhões de anos sem que haja nenhuma mudança. É verdade que existem diferentes níveis no comportamento dos bebês, que alguns choram desesperadamente diante da mínima separação enquanto outros se queixam pouco ou quase nada. No recém-nascido as diferenças se devem aos genes. Umas semanas depois, o ambiente e as experiências vividas já começam a interagir com a base genética e a mudar o comportamento do bebê (os bebês ocidentais, que passam muito tempo no berço, choram muito mais do que os de outras culturas, que passam a maior parte do tempo no colo). Suponhamos que 1% dos bebês não choram nunca. Se não há uma vantagem evolutiva, se os bebês que choram e os que não choram têm os mesmos descendentes, em dez mil anos continuará havendo 1% de bebês que não choram. Para que a proporção aumentasse, para que os bebês que não choram chegassem a representar 5, 15 ou 80% da humanidade, teria que haver uma vantagem seletiva: que os bebês que choram tivessem uma maior taxa de mortalidade, ou que os pais cujos filhos não choram decidissem ter mais filhos. E essa diferença teria que ser importante e deveria ser mantida durante milhares de anos.

À medida que vai crescendo, seu filho irá aprendendo a distinguir em que casos a separação implica um perigo real e em que casos ela não tem importância. Poderá ficar tranquilamente em casa enquanto você vai às compras, mas cairá no choro se fica perdido no supermercado e pensa que você pode ter voltado para casa sem ele…

O choro não serviria para nada se a mãe também não estivesse geneticamente preparada para responder a ele. O choro de um bebê é um dos sons que provocam uma reação mais intensa em um adulto humano. A mãe, o pai e até mesmo os estranhos sentem-se comovidos, preocupados, angustiados. Sentem o desejo imediato de fazer alguma coisa para que o choro pare. Dar o peito, passear com ele, trocar a fralda, pegá-lo no colo, colocar mais roupa, tirar a roupa… Seja o que for, mas que se cale. Se o choro é especialmente intenso e contínuo, os pais o levarão ao hospital (e muitas vezes com bons motivos).

Quando é impossível calar um choro, nossa própria impotência pode converter-se em irritação. É o que acontece quando se escuta um choro na casa de um vizinho: as convenções sociais nos impedem de intervir, e por isso é particularmente incômodo (“Mas no que é que esses pais estão pensando? Eles não vão fazer nada?’’,“Esse bebê é um malcriado, os nossos nunca choraram assim!’’). Muitos vizinhos criticam pelas costas ou até repreendem diretamente as mães cujos filhos choram “demais”, e alguns chegam a bater na porta para protestar. Eu já escutei de mães mais de uma vez: “O doutor me disse que deveria deixá-lo chorar porque ele está me fazendo de boba, mas não posso fazer isso porque os vizinhos reclamam”. Com a mesma intensidade sonora, um bebê que chora no edifício é mais incômodo que um pedreiro dando marteladas ou um adolescente escutando rock pesado.

Quando as regras absurdas de alguns especialistas impedem que os pais respondam ao choro da forma mais eficaz (pegando o bebê no colo, ninando-o, cantando para ele, dando o peito...), que saída resta? Você de deixá-lo chorar e tentar ver televisão, fazer comida, ler um livro ou conversar com seu companheiro enquanto ouve o choro aguda contínuo e pungente do seu próprio filho, um choro que

ultrapassa as paredes finas das casas modernas e que pode durar cinco, dez, 30 ou 90 minutos. E quando ele começar a fizer barulhos angustiantes, como se estivesse vomitando ou perdendo o ar? E quando parar de chorar tão subitamente que, longe de ser um alívio, você o imagina sem respirar ficando branco e depois azul? Será que aí então os pais estão autorizados a correr até o filho, ou isso seria “recompensá-lo pelo seu chilique” e também foi proibido?

A outra opção é tentar acalmá-lo, mas sem pegá-lo no colo, cantar para ele nem dar o peito. Por que não fizer isso também com as mães amarradas às costas, para que seja mais difícil? Ou ligar o rádio, rezar, oferecer-lhe dinheiro? Um especialista, o dr. Estivill, propõe que lhe digam (de uma distância superior a um metro, para que ele não possa tocá-la) o seguinte:

Meu amor, mamãe e papai te amam muito e estão te ensinando a dormir. Dorme aqui com o Joãozinho, o pôster, a chupeta… E até amanhã.[15]

Palavras de consolo e amor verdadeiro que sem dúvida inspirarão calma e sossego na alma de qualquer bebê, seja qual for a causa do seu choro, a partir dos seis meses! (É claro que Joãozinho é um boneco Não pensem nem por um momento que um ser humano o fiz companhia.) Entretanto, talvez nem mesmo o autor confie muito na eficácia calmante dessas palavras, pois adverte os pais que, uma vez pronunciadas, voltem a sair do quarto, mesmo que o bebê continue chorando o gritando (o mal agradecido!).

No nosso país, como em muitos outros, os maus tratos são um problema cada vez maior. Dezenas de bebês morrem a cada ano nas mãos de seus próprios pais, e muitos sofrem hematomas, fraturas, queimaduras… A pobreza, o álcool e outras drogas, o desemprego e a marginalidade estão sem

dúvida entre as causas profundas dos maus tratos. Mas também é necessário que haja um gatilho. Por que bateram nesse bebê hoje, e não ontem? O choro é um gatilho frequente. “Chorava, chorava, até que eu não pude suportar mais.” O que os pais podem fazer quando tudo que serve para acalmar o choro dos bebês (peito, colo, cantigas, mimos) é proibido?

A resposta à separação

> *A criança pequena não sabe nada sobre o amor dos pais; só conhece um rosto e um colo em direção ao qual estende os braços em busca de refúgio e atenção.*
>
> George Eliot, *Silas Marner*

Em 1950, as Nações Unidas pediram que John Bowlby fizesse um relatório sobre as necessidades das crianças órfãs. O resultado do seu trabalho é um livro[16] que analisa o efeito da separação nas crianças, principalmente a partir da observação de crianças internada nos hospitais e das crianças de Londres que durante a guerra foram separadas dos seus pais e levadas ao campo para fugir dos bombardeios.

Entre os efeitos da separação a curto prazo, era frequente que a criança mostrasse alguma das seguintes reações:

• Quando a mãe volta, a criança fica brava com ela ou recusa-se a cumprimentá-la e finge que não a vê.

• A criança fica muito exigente com a mãe ou com as pessoas que cuidam dela. Pede atenção o tempo todo, quer que tudo seja feito da na maneira, tem ataques de ciúmes e birras horríveis.

• Relaciona-se com qualquer adulto que estiver por perto de maneira superficial, mas aparentemente alegre.

• Apatia, perda de interesse pelas coisas, movimentos rítmicos (como se ela se ninasse sozinha), às vezes batendo a cabeça.

Em alguns casos, esses movimentos rítmicos e batidas na cabeça podem ser normais. Isso é o que explica o dr. Ferber (um grande partidário de ensinar as crianças a dormir deixando-as chorar um mi nuto, depois três, depois cinco… No resto do mundo costumam chamar isso de “método Ferber”, o que na Espanha foi adaptado como “método Estivill”):

Muitas crianças se dedicam a algum tipo de comportamento rítmico e repetitivo na hora de dormir, quando acordam no meio da noite ou de manhã. Balançam o corpo deitadas de quatro, viram a cabeça de um lado para o outro, batem a cabeça na cabeceira da cama ou soltam a cabeça repetidamente sobre o travesseiro ou o colchão. De noite isso pode continuar até que elas adormeçam e de manhã pode persistir até que estejam completamente acordadas.

[…] Quando os comportamentos rítmicos começam antes dos 18 meses e desaparecem quase totalmente antes dos três ou quatro anos, não costumam ser sintomas de problemas emocionais. Na maioria dos casos, as crianças com esses hábitos estão muito felizes e saudáveis, e em suas famílias não se nota nenhum problema nem tensão.[17]

Chama a atenção que haja duas medidas na hora de decidir o que é ou não um comportamento normal. “Minha filha acorda no meio da noite…” “Claro, chora e chama os pais. A sua filha tem insônia infantil pelos maus hábitos aprendidos. É uma alteração do sono que, se não se cura a tempo, pode

provocar graves sequelas psicológicas.” “Não, você não me entendeu bem, doutor. A minha filha acorda, mas não chora nem chama ninguém. Só bate a cabeça na parede.” “Ah, bom! Você deveria ter começado por aí. Se ela só bate a cabeça é totalmente normal, e não há nenhum motivo para preocupação.”

Voltando a Bowlby, nos lembramos de que algumas das alterações mais graves observadas nas crianças separadas de suas mães, em orfanatos e hospitais, dão uma falsa sensação de que tudo vai bem:

Deve-se fazer uma advertência especial sobre as crianças que respondem com apatia ou com um comportamento alegre e indiscriminadamente amistoso, já que as pessoas ignorantes dos princípios de saúde mental costumam enganar-se. Essas crianças costumam ser tranquilas, obedientes, fáceis de lidar, bem educadas e organizadas, e estão fisicamente saudáveis. Muitas delas até parecem felizes. Enquanto estiverem na instituição, não há motivo aparente de preocupação, mas quando saem de lá desmoronam, e fica evidente que sua adaptação era superficial e não estava embasada em um verdadeiro crescimento da personalidade.

Felizmente, poucas crianças permanecem em uma instituição (hospital ou orfanato). Mas muitas são separadas de suas mães repetidamente por algumas horas todos os dias. O efeito não é tão terrível, é claro, mas existem semelhanças. Há crianças que parecem “tranquilas, obedientes… até mesmo felizes” no berçário, mas começam a chorar desesperadamente quando saem. Ou que parecem estar muito bem adaptadas dormindo sozinhas à noite, mas “desmoronam” quando se abre uma brecha ao seu isolamento:

Bastará que uma única vez façam o que a criança pedir — água, uma canção, dar-lhe a mão “um pouquinho”, colo… - para que vocês percam o jogo: tudo o que tiverem conquistado [“ensinando” a criança a dormir sozinha] terá evaporado.[15]

As consequências mais graves são geradas depois de separações longas, de vários dias. Mas as separações breves têm um efeito. De fato, o método usado pelos psicólogos para comprovar se a relação mãe—filho é normal é o “teste da situação estranha”, no qual se observa como uma criança de um ano reage quando a mãe sai do quarto e volta depois de três minutos.

Os efeitos da separação são cada vez menos graves à medida que a idade da criança aumenta, como nos lembra Bowlby:

Enquanto há motivos para acreditar que todas as crianças menores de três anos, e muitas das que têm entre três e cinco, sofrem com a privação, aquelas entre cinco e oito que sofrem são uma minoria, e surge a pergunta: por que uns e não outros?

Pois bem, esse fator que faz com que umas crianças suportem a separação melhor que outras é, de acordo com Bowlby, a relação prévia com a mãe. Uma relação que tem efeitos contrários de acordo com a idade.

Nos menores de três anos, quanto melhor for a relação com a mães, mais se altera o comportamento da criança na separação. As crianças que já eram maltratadas ou ignoradas em casa quase não choram quando são levadas a um orfanato ou a um hospital. Mas isso não significa que tolerem melhor a perda, mas que já não tinham quase nada

a perder. Não demonstravam a resposta normal de uma criança saudável dessa idade.

Por outro lado, entre as crianças de cinco a oito anos, aquelas que tiveram uma relação mais sólida com a mãe, as que recebiam mais mimos e passavam mais tempo no colo, são as que melhor suportavam a separação. O intenso contato dos primeiros anos lhes deu a força necessária para suportar as adversidades, o que hoje os psicólogos chamam de resiliência.[18] Charles Dickens já explicou isso muito bem há um século e meio:

Vi os que tinham sido cuidados com delicadeza e criados com ternura manterem-se alegres diante das privações e superar sofrimentos que teriam esmagado muitos de uma madeira mais tosca, porque levavam na sua essência os fundamentos da felicidade, da satisfação e da paz. Cartas póstumas do Clube Pickwik

Bowlby afirma que a relação, o vínculo afetivo que se estabelece entre mãe e filho é o modelo para todas as relações afetivas que o indivíduo estabelecerá durante o resto de sua vida. A relação com a mãe estende-se depois ao pai, aos irmãos e a outros membros da família; aos amigos, colegas e professores; ao cônjuge e aos filhos. Ele chegou a essa conclusão partindo não, como muitos psiquiatras, do estudo do adulto e suas nebulosas memórias da infância, mas da observação das crianças e dos filhotes de outras espécies.

Ao longo deste livro, vamos aproveitar esse paralelismo entre a relação mãe—filho e outros vínculos afetivos para explicar por analogia alguns aspectos do comportamento infantil, percorrendo em direção contrária o caminho percorrido por Bowlby. Muitos comportamentos que nas crianças são prontamente atribuídos a “capricho”, “teatro”

ou “malcriação” são aceitos como legítimos quando vêm de um adulto. Devemos deixar claro, entretanto, que essas analogias são puramente didáticas; o que sabemos sobre o comportamento das crianças não foi averiguado observando adultos e fazendo deduções, mas sim observando crianças diretamente.

Imagine que em um domingo você e seu marido estão em casa. Atarefados cada um com suas coisas, cruzam-se uma dezena de vezes pelo corredor. Param um de frente para o outro, se cumprimentam, se abraçam? Claro que não. Na maior parte das vezes cruzam-se sem se olhar, sem dizer uma palavra.

Agora seu marido sai para comprar a sobremesa. Ele não diz “até já” quando sai e “cheguei!” quando volta? Como ele não ficou fora nem 15 minutos, pode ser que você não vá até a porta para recebê-lo, mas continue fazendo suas coisas e diga-lhe um “oi” de longe.

No dia seguinte, seu marido volta do trabalho. Ele passou nove horas fora de casa. Você não tenta ir até a porta para cumprimentá-lo? Não lhe oferece um beijo (e espera correspondência)? Será que o ritual da saudação não é um pouco mais elaborado? Algo como:

— Oi, amor.

— Oi.

— Como foi o dia?

— Bem.

Nesse momento, o marido dá uma escapada e vai até a televisão. Durante os primeiros meses de casados, você esperava uma conversa um pouco mais longa, mas a essa

altura já entendeu que os homens são assim que você tem que aceitar.

Imagine agora que seu marido vai a Nova York por uma semana em uma viagem de negócios. Na volta, desenvolve-se uma cena habitual:

— Oi, amor.

— Oi.

— Como foi a viagem?

— Bem.

E vai ver televisão… Como você se sente?Vai permitir isso?

— Como “bem”? Não vai me contar nada? O que você fez? O que viu? O que comeu?Você subiu no Empire State? O que comprou? Será possível passar uma semana em Nova York e não contar nada? Não vai me dar um beijo? Será que você não me ama mais?

A separação de duas pessoas unidas por um vínculo afetivo produz intranquilidade em ambas. Para voltar a estarem tranquilos precisam de um contato físico e verbal especial (e as vezes de outras demonstrações de carinho e atenção, como um presente), contato que será mais longo e complexo quanto mais longa tiver sido a separação. Se uma das pessoas se recusa a ter esse contato tranquilizador, a outra costuma responder com mais ansiedade e às vezes com hostilidade. No fim, serão necessárias mais palavras e mais contato para tranquilizá-la (ou seja, a pessoas terá que pedir desculpas).

O primeiro exemplo, cruzar pelo corredor quando os dois estão em casa, não requer um contato especial, porque nem

sequer houve uma separação. Os dois estavam em casa e portanto estavam “juntos”.

Entretanto, entre um bebê e seus pais, a coisa muda. Ir a outro quarto é uma separação para o bebê, porque ele não sabe onde a mãe foi. Ele vai demorar vários anos para entender que a mamãe está no quarto ao lado e que, portanto,“não foi embora”. E a escala é diferente: uns minutos são para seu filho como várias horas, umas horas parecem dias ou meses, e uns metros parecem quilômetros.

Agora você entende por que o seu filho começa a chorar quando você sai do quarto, por que quando você vai trabalhar ou quando ele esteve no hospital pede mais colo e mais atenção, por que quando sai da escolinha insiste em contar, na sua linguagem própria, o que fez e pede que você lhe compre uns doces?

As vezes uma criança pede uma bala, um sorvete ou um brinquedo porque ela tem vontade. Não estamos dizendo, é claro, que você tem que comprar tudo o que o seu filho pede. Isso dependerá da sua economia, da sua dieta (ou seja, de quantos sorvetes e balas seu filho pedir por semana), da quantidade de brinquedos que ele tiver em casa e da atenção que der a eles… O que dizemos neste livro é que se você decide não dar ao seu filho o que ele pede, que seja por um motivo racional (porque ele já tem muitos brinquedos, porque é muito caro, porque as balas fazem mal para os dentes…), mas não simplesmente para “educá-lo”, para que ele “aprenda a não ter as coisas sempre como ele quer”. Não diga “não” ao seu filho só para aborrecê-lo.

Outras vezes, por outro lado, as crianças pedem doces ou brinquedos simplesmente para “chamar a atenção”. Se na saída do colégio seus pais não mostram suficiente interesse

pelo que elas têm para contar, ficam impacientes com a sua maneira desajeitada de falar, corrigem-nas continuamente em vez de escutá-las com paciência, dão-lhes poucos beijos e abraços, recusam-se a carregá-las no colo ou até mesmo as cumprimentam com hostilidade (“Que mãos são essas? Você não lava as mãos antes de sair? Olha como você vestiu a calça nova! E os botões do casaco? Você acha que eu estou aqui para costurar botões todo santo dia?”), a criança provavelmente pedirá tudo o que houver na primeira loja. Está pedindo uma prova de amor. Uma prova de amor equivocada, já que o verdadeiro amor se demonstra com respeito, contato e compreensão, não com presentes e doces.

Para os pais, esse falso carinho presente na acumulação de bens materiais pode ser muito atraente. Tempo é dinheiro, mas um dia só tem 24 horas. Se você tem dinheiro o suficiente, pode sair mais “barato” comprar para a sua filha uma boneca que fala e anda do que brincar com uma boneca normal. E assim, pouco a pouco, vamos “criando mal” a criança. Ou seja, ensinando-a a dar mais importância às coisas materiais que aos seres humanos. Não é o simples acúmulo de riquezas que produz a má-criação. As crianças ricas sempre têm mais coisas que as pobres, e, entretanto, há crianças pobres malcriadas e crianças ricas que não o são. “Mal criar” significa “criar mal”, ou seja, com pouco carinho, pouco colo, pouco respeito, poucos mimos. E impossível educar mal uma criança por dar a ela muita atenção, carregá -la muito no colo, consolá-la muito quando chora ou brincar muito com ela.

Dizíamos que no domingo, ao cruzar com uma pessoa pelo corredor, não é necessário cumprimentá-la porque não houve separação. Mas se um casal passa um domingo inteiro sem trocar uma palavra ou um olhar, sem dar um beijo ou um abraço, você não pensaria que estão à beira do divórcio?

Mesmo em companhia constante, duas pessoas unidas por um vínculo afetivo precisam fazer alguma coisa juntas de vez em quando. Se você se esquece, seu filho se lembrará.

Não quer ir à escolinha

Em muitas separações cotidianas observam-se efeitos similares aos descritos por Bowlby, e tanto mães quanto profissionais continuam interpretando mal os acontecimentos. Susana descreve como seu filho reage diante da separação:

João começou a ir à escolinha na semana passada. Tem quase dois anos e nunca tinha ido. Bom, ele foi dois meses no ano passado e nada mais que isso. A questão é que desde que começou a ir, concretamente desde o segundo dia, tem feito uma chantagem emocional descarada. E isso está me deixando exausta. Ele acorda alegre como sempre, toma café, vê os desenhos animados da manhã e então… Começa a dizer sem parar: "Mamãe, escola não, escola não…"; e é capaz de continuar com isso por até meia hora. E com cara de pena, claro. No caminho até a escolinha ele fica bem, até que a vê. E então começa a cena de teatro: "Mamãe, um passeio; mamãe linda; mamãe, escola não; mamãe, beijos; mamãe, carinho; mamãe, vamos pra casa dormir…", acompanhado, é claro, de lágrimas de crocodilo e cara de pena. Quando o pego, ele faz uma cara como se o estivessem matando. Coitadinho, como chora… E eu, com as lágrimas a ponto de saltar. Vou pra casa me sentindo destroçada. Me sinto mal, repenso na situação, penso se fiz a coisa certa, penso que sim, que preciso de tempo para procurar trabalho e que será bom para ele… (Isso todos os dias desde a segunda-feira passada). Bom, às quinze para uma já estou ali, coitado, para que ele não chore mais… e o que eu vejo? Está brincando, tão feliz, com as crianças. E sem olheiras, ou seja, quase não chorou. Mas… Quando me

vê… Afe…“Mamãe, colo; mamãe, pra casa; mamãe, escola não”. Outra vez a mesma coisa, já sem lágrimas.

Então a diretora me conta, morta de rir, que ele não chorou a manhã toda, que assim que eu saí passou a crise, que no máximo ele pergunta: “Onde está a mamãe?”. É a mesma coisa todos os dias. De tarde em casa é horrível. Ele só quer estar comigo, não posso ir nem ao banheiro sem escutá-lo me chamando ou choramingando. De noite, se ele acorda e o pai vai atendê-lo, ele diz que quer a mamãe. Se vou ao supermercado, tenho que levá-lo…

João mostra várias reações típicas diante da separação: agarrar-se como uma ventosa à sua mãe e exigir atenção contínua, demonstrar estar aparentemente tranquilo e colaborador quando está na escolinha, desmoronar quando sai de lá… Parece que é justamente o fato de ele não chorar na escolinha que convence a mãe de que tudo é um “teatro”. O que essa mãe precisa para entender que seu filho sofre de verdade? Que chore sem parar todas as horas que está na escolinha? Ninguém chora tanto assim. Diante das maiores desgraças e calamidades, o ser humano chora por um tempo e depois segue em frente. As pessoas não choram o tempo todo nem nos funerais, nem nos hospitais, nem na prisão, nem aos campos de concentração. O fato de pararem de chorar, inclusive quando juntam forças e tentam suportar com valentia a situação, não significa que pararam de sofrer.

Vimos antes como, entre os menores de três anos, os que têm uma melhor relação com a mãe são justamente os que demonstram mais sofrimento ao separar-se. A espetacular reação de João nos demonstra precisamente que ele ama muito a sua mãe e que ela sempre o tratou muito bem. Que pena que Susana não saiba disso! O trágico desse caso é que essa incompreensão pode aumentar o sofrimento. O ideal, não nos enganemos, é que João não fosse à escolinha

até alguns meses depois. Mas isso nem sempre é possível. Susana precisa procurar trabalho e não pode deixar de levar seu filho à escola. Não, não é o fim do mundo. É uma separação relativamente curta que pode ser compensada. João está explicando à sua mãe como compensar a separação, como curar a ferida: ele pede que ela passe a tarde toda com ele, que vá até ele de noite quando ele a chama (suspeitamos que preferiría dormir com ela de uma vez), que o leve quando sair para ir ao supermercado, que lhe dê muito colo e muitos mimos. Susana poderia dar a ele tudo isso e sentir-se melhor ao fazê-lo, e curar também a ferida que ela mesma sofre com a separação. Mas a professora (teoricamente uma especista em educação infantil) também não sabe reconhecer os efeitos da separação em uma criança dessa idade, e riu do sofrimento do menino Susana tomou, tragicamente, o caminho oposto: em vez de admitir que seu filho sofre de verdade, em vez de apertá-lo de encontro ao seu coração e sentir raiva do sistema econômico que a obriga a procurar trabalho com uma criança tão pequena, está tentando convencer a si mesma de que o sofrimento do seu filho é teatro e suas lágrimas são de crocodilo. Susana sente agora raiva do seu próprio filho, o acusa de praticar chantagem emocional. Como é que eles poderão recuperar ou compensar essa perda?

Por que sempre querem colo

> *Muitas mulheres davam O peito a crianças que seguravam com um braço, e com a mão livre mexiam as panelas no fogão.*
>
> Franz Kafka, *O processo*

Há 100.000 anos, em algum lugar da África. Um grupo de seres humanos desloca-se lentamente pela pradaria. Talvez adotem uma formação quase militar, como fazem os babuínos: as mulheres e crianças vão no centro; os homens as rodeiam, alguns armados com pedaços de pau. Algumas das mulheres estão grávidas, outras levam os bebês no colo. Toda a tribo reduz o passo para adaptar-se aos membros mais lentos. Param uma vez ou outra para pegar umas frutas, cavar algumas raízes e degustar umas nutritivas formigas. Com sorte, sua inteligência, sua coordenação e sua habilidade para lançar pedras os permitirão caçar algum animal pequeno ou brigar pela carniça com as hienas.

Onde estão os bebês? Os deixaram em casa, em um berço, sob os cuidados de uma babá, enquanto iam trabalhar? Com certeza não. Não havia casas, não havia berços, a tribo se deslocava unida.

Os macaquinhos recém-nascidos agarram-se ao pelo da mãe com as mãos e pés e ao mamilo com a boca, e assim viajam de árvore em árvore, seguros com seus cinco pontos de apoio. Os chimpanzés e os gorilas parecem-se tanto conosco que o recém-nascido não é capaz de agarrar-se à mãe. Ela tem que carregá-lo com um braço para que ele não caia, mas somente durante as primeiras duas ou três semanas. Depois, é o filhote que se agarra sozinho. Com que idade você se atreveria a levar seu filho dependurado, sem slings

nem mochilas, sem segurá-lo com uma mão e pulando de árvore em árvore? Não há nenhum outro animal sobre a face da terra que precise de mais de um ano simplesmente para se agarrar à sua mãe.

Quando não existiam panos nem cordas, e muito menos carrinhos, as mães levavam os filhos no colo o dia inteiro, na maioria das vezes segurando-os com o braço esquerdo enquanto o direito ficava livre para comer (ou o contrário, se a mãe era canhota). Os bebês provavelmente mamavam em chupadas curtas e muito frequentes, como os bosquímanos atuais, várias vezes por hora (a sucção tão intensa inibe a ovulação e a maioria das mães só tinha um filho a cada três ou quatro anos). Nos momentos de descanso, a mãe sentava-se com o bebê no colo ou deitava-se no chão com o bebê em cima. A medida que ia crescendo, o filho precisava menos da mãe e também pesava mais. A avó, o pai ou os irmãos mais velhos provavelmente ajudavam a mãe ao transporte. É quase certo que os bebês estavam cada minuto das 24 horas do dia em contato físico com outra pessoa, quase sempre com a mãe, até que começavam a engatinhar. E até vários anos depois estavam em contato físico, se não as 24 horas, pelo menos uma boa parte do tempo. Até mesmo as crianças de três ou quatro anos, que podem andar durante um bom tempo, tinham que ir no colo se a tribo se deslocasse por vários quilômetros.

Assim, durante milhões de anos a evolução natural favoreceu aquelas crianças que gostavam de ficar no colo e ficavam bravas se eram deixadas sozinhas. Era uma questão de sobrevivência.

Por que não querem dormir sozinhas

> *[...] essa espécie de terror que aflige as crianças quando acordam à noite ou na solidão.*

Alexandre Dumas, *Vinte anos depois*

Onde dormiam os bebês há 100.000 anos? Não havia casas, não havia berços, não havia roupa. Sem dúvida dormiam junto à mãe ou sobre ela, em um leito improvisado de folhagem. O pai não devia dormir muito longe e a tribo estava a apenas alguns metros de distância. Só assim podiam sobreviver durante o sono, o momento mais vulnerável da sua jornada. Uma lembrança daqueles tempos é o costume dos esposos de dormir juntos, e o mal-estar que nós, adultos, costumamos sentir quando uma viagem nos obriga a dormir separados do nosso parceiro. Muitas mães, se o marido dorme fora, “deixam” que os filhos venham pra sua cama, e nem sempre é fácil dizer qual dos dois encontra mais consolo na companhia.

Pode-se imaginar um bebê sozinho, sem roupas, dormindo no chão ao ar livre a 5 ou 10 metros da sua mãe durante seis ou oito horas seguidas? Ele não teria sobrevivido. Tinha que existir um mecanismo para que também durante a noite o bebê estivesse em contato contínuo com sua mãe, e novamente o mecanismo é duplo: a mãe deseja estar com seu filho (sim, apesar de todos os tabus contra isso, muitas mães ainda o desejam) e o bebê resiste violentamente a dormir sozinho.

Dormir sozinho! O grande objetivo da puericultura do século XX. Como já comentamos, um bebê que a mãe pudesse deixar sozinho, acordado, no chão, sem reclamar imediatamente, mas que ainda por cima dormisse, dificilmente teria sobrevivido por mais de algumas horas. Se alguma vez houve bebês assim, eles foram extintos há milhares de anos. (Bom, não todos. Falam de bebês que dormem a noite inteira, espontânea e voluntariamente. Se o seu é um desses raros bebês, não se assuste, com certeza

também é normal.) Nossos filhos estão geneticamente preparados para dormir em companhia.

Para um animal, o sono é um momento de perigo. Nossos genes nos impulsionam a manter-nos acordados quando nos sentimos ameaçados e a deixar-nos levar pelo sono somente quando nos sentimos seguros. Sentimo-nos ameaçados em um lugar desconhecido, e muita gente tem dificuldade de dormir em hotéis porque “estranha a cama”. Temos dificuldade de dormir na ausência do nosso companheiro ou na presença de desconhecidos.

Você tinha que trocar de trens em uma cidade distante e perdeu a ótima conexão. São duas horas da manhã, tudo está fechado e você tem que esperar na estação pelo trem das seis. Imagine agora várias possíveis situações: a) você está completamente sozinha na sala de espera; b) você viaja sozinha, mas na sala há uma dezena de pessoas, duas famílias completas, algumas senhoras idosas, um grupinho de escoteiros; c) na sala só estão você e cinco jovens de cabeça raspada meio bêbados; d) você viaja na companhia do seu marido e de outros dois casais de amigos. Você acha que dormiria com a mesma facilidade em todas as circunstâncias?

Estranhos na noite

Onde quer que ela estivesse, ALI era o Éden.

Mark Twain, *O diário de Eva*

Gabriel, de 18 meses,“é ruim para dormir”. Volta e meia chama a mãe, Maria: quer uma história, quer água, tem dodói… Cada noite se converte em uma tortura para toda a família. “Ele está te fazendo de boba todos dizem -, você deveria deixá-lo chorar, não faz mal nenhum.” Hoje, Maria e

Gabriel foram visitar os avós no seu vilarejo perdido. O papai está trabalhando e não pode ir. Eles têm que trocar de ônibus em uma pequena cidade. Mas o ônibus que vem da grande capital atrasou várias horas e Maria e seu filho são os únicos passageiros que descem na solitária rodoviária, à uma e meia da manhã. O ônibus que vai até o vilarejo dos avós não sai até amanhã às sete e meia. Mãe e filho estão sozinhos na sala de espera mal iluminada. A estação de ônibus está nos arredores da cidadezinha, separada das primeiras ruas habitadas por algumas árvores e por uma zona de fábricas e armazéns. Maria não se atreve a ir até o vilarejo andando. Ao lado da estação há um posto de gasolina. Ela pedirá ao encarregado que chame um táxi, deve haver algum hotel nessa cidadezinha… Será que ela tem dinheiro o suficiente? Ela descobre apavorada que só tem dinheiro suficiente para o ônibus e que se esqueceu de pegar o cartão de crédito. Bom, afinal são apenas cinco horas, será melhor esperar aqui. A luz acesa no posto de gasolina lhe dá certa segurança. Ela quase preferiria esperar no posto, mas faz frio do lado de fora.

De vez em quando passa um carro rápido ou ouve-se das fábricas o latido de um cachorro. Perto das três da manhã chegam cinco motoristas com jaquetas de couro, param entre a rodoviária e o posto de gasolina, e começam a beber cerveja, gritando e brigando. As vezes um deles se aproxima da rodoviária ostensivamente e urina em uma árvore, enquanto os outros riem e tiram sarro (“deixa de ser bruto, José, você não vê que tem uma senhora?”, “Não olhe, senhora, que não vale a pena! O dele é muito pequeno!”). Isso dura mais de meia hora.

Maria, é claro, passou as lentas horas acordada, no assento mais perto da porta, agarrada ao filho e à bolsa. Gabriel, por outro lado, dormiu no colo dela direto, sem acordar. Quem é que é “ruim para dormir” agora? No colo da mãe, em uma

cidadezinha remota, rodeado por desconhecidos hostis, Gabriel se sentiu mais seguro que na sua própria casa, no seu próprio quarto, no seu próprio berço. Para uma criança dessa idade, a mamãe é Super-Mamãe, a Protetora Invencível. Esse colo é o seu lar, sua pátria, seu paraíso. Não é maravilhoso, mamãe, sentir-se assim?

Na noite dos tempos

> *E se tem filhos, quando uivam, não remove nada nas suas entranhas?*
>
> Victor Hugo, *O corcunda de Notre-Dame*

Naquela tribo, há 100.000 anos, duas mães foram dormir com seus filhos. Não sabemos exatamente como elas faziam, mas sabemos o que fazem os chimpanzés atualmente: no cair da noite, cada adulto prepara um leito macio com folhas e ramos e vai dormir. Os chimpanzés não têm camas de casal, o macho e a fêmea dormem separados (embora não muito distantes, é claro; todos na tribo dormem perto uns dos outros), E mãe e filho dormem juntos, até que o filho tenha uns cinco anos.

No meio da noite, aquelas duas mulheres primitivas acordaram e, por motivos que desconhecemos, começaram a caminhar, deixando seus filhos no chão. Um dos seus filhos era dos que acordavam a cada hora e meia e o outro era dos que dormiam a noite toda sem acordar. Qual deles você acha que não acordou nunca mais? Ou melhor, os dois acordaram ao mesmo tempo, mas um começou a chorar imediatamente, enquanto o outro não começou a chorar até umas três horas depois, quando sentiu fome. Qual morreu de fome?

Um começou a chorar imediatamente e o outro ficou calado até que a aparição de uma hiena o assustou. Qual foi comido pela hiena? Um, quando começava a chorar, não parava até que sua mãe voltasse e o tranquilizasse: ele poderia chorar por meia hora, uma hora, todo o tempo necessário, até o esgotamento. O outro, pelo contrário, chorava por alguns minutos e, se não vinha ninguém, voltava a dormir. Qual dos dois dormiu para não acordar nunca mais?

Adivinhou: nossos filhos estão geneticamente programados para acordar periodicamente. Nossos filhos herdaram os genes dos sobreviventes, dos vencedores na dura luta pela vida.

Não dormem a noite toda sem acordar, mas têm, assim como os adultos, vários ciclos de sono ao longo da noite. A duração de cada ciclo é variável, entre apenas 20 minutos e um pouco mais de duas horas. A duração média é de uma hora e meia para o adulto, mas de apenas uma hora para o bebê. Entre ciclo e ciclo passamos por uma fase de “despertar parcial”, que é facilmente convertida em um despertar completo.

Até mesmo os especialistas em “ensinar as crianças a dormir” reconhecem esse fato;[15] o objetivo de seus métodos não é conseguir que a criança não acorde, isso é impossível. O que eles querem é que, quando ela acordar, em vez de chamar os pais que fique calada até dormir de novo.

As crianças “estão de guarda” para ter certeza que a mãe não foi embora. Se o bebê sente o cheiro da sua mãe, se pode tocá-la, ouvir sua respiração, talvez mamar, volta a dormir imediatamente. Em muitas das mamadas, nem a mãe nem o filho acordam completamente. Mas se a mãe não está, o bebê desperta completamente e começa chorar. Quanto

mais tempo tiver chorado até que sua mãe o acuda, mais nervoso ele ficará e mais difícil será para consolá-lo.

Um planeta, dois mundos

> *Mas — explode indignado — aqui em Milão essas crianças tão pequenas não dormem com seus pais? Quem cuida delas, então?*
>
> José Luís Sampedro, *O sorriso etrusco*

Em outras culturas, a prática da cama compartilhada é praticamente universal (e, consequentemente, os problemas do sono na infância são praticamente desconhecidos). A psicóloga Gilda Morelli e seus colaboradores[19] estudaram detalhadamente o comportamento e as opiniões de um grupo de 14 mães guatemaltecas de etnia maia e as compararam com as de 18 mães norte-americanas brancas de classe média.

Todas as crianças maias (entre dois e 22 meses) dormiam na cama com a mãe, e oito delas dormiam também com o pai. Outros três pais dormiam no mesmo quarto em outra cama (dois deles com outro filho mais velho), e em três casos o pai estava ausente. Em dez casos havia outro irmão dormindo no mesmo quarto, quatro deles na mesma cama. As outras quatro crianças não dormiam com mais irmãos porque eram filhos únicos.

As crianças maias ficavam com a mãe e mamavam em livre demanda até os dois ou três anos, pouco antes do nascimento de um irmãozinho As mães normalmente não notavam se a criança mamava à noite porque não acordavam, e achavam que o tema não tinha importância (por outro lado, 17 das 18 mães norte-americanas tinham que acordar para amamentar o filho, a maioria durante uns

seis meses, e as 17 disseram que as mamadas noturnas eram um incômodo).

Entre os maias não existia uma rotina para fazer as crianças dormirem. Sete dormiam junto com os pais e o resto dormia no colo de alguém. Os dez que ainda mamavam no peito dormiam no peito. Não liam histórias para dormir, deitar. Somente uma das crianças tinha uma boneca com a qual dormia; era a única que não tinha dormido com a mãe desde o nascimento, mas que tinha passado alguns meses em um berço no mesmo quarto para depois voltar para a cama materna.

As mães maias não concebiam que as crianças pudessem dormir de outra maneira. Quando explicaram a elas que as crianças norte-americanas dormem em um quarto separado demonstraram assombro, desaprovação e compaixão. Uma exclamou: “Mas alguém fica com elas, não é?”A cama compartilhada não é uma consequência da pobreza ou da falta de quartos, mas é considerada fundamental para a educação correta da criança. As mães explicavam, por exemplo, que para dizer a uma criança de 13 meses que ela não podia tocar algumas coisas, era suficiente dizer: “Não toque nisso, não é bom, pode fazer dodói”, e a criança obedecia. Ao explicar a elas que as crianças norte-americanas dessa idade não entendem as proibições ou até mesmo fazem o contrário, uma mãe maia sugeriu que esse comportamento era consequência de tê-las separadas dos pais durante a noite.

É apaixonante comparar como se criam as crianças em diferentes culturas. A antropóloga americana Meredith Small escreveu um livro imprescindível sobre esse tema intitulado Our Babies, Ourselves.[20]

Por que ele acorda mais que antes

Sempre tem alguma alma cândida que diz aos novos pais: “Não se preocupem, isso é só no princípio. A medida que ele crescer dormirá cada vez mais”.

Como vai dormir cada vez mais? Os recém-nascidos dormem mais de 16 horas por dia. Se dormirem mais, entram em coma. Nós, adultos, dormimos umas oito horas por dia ou menos, o que significa que em algum momento do nosso crescimento temos que ir dormindo menos.

“Claro”, dizem alguns, “dormem menos horas no total, mas durante a noite dormem mais horas seguidas”.

Talvez seja assim em alguns casos, mas em outros acontece justamente te o contrário. Vejamos o que diz Samanta:

Tenho uma filha de quase seis meses, a quem dou o peito (em livre demanda). Até agora tudo tem ido bem, durante a noite ela acordava várias vezes, mamava e dormia de novo (a cada três ou quatro horas). Mas ultimamente ela tem acordado a cada hora, hora e meia. Chora sem acordar totalmente, tenho que pegá-la, lhe ofereço o peito e ela continua dormindo até a hora seguinte. Se não faço isso ela acorda completamente e então custa muito a pegar no sono.

A mamãe de Laura (seis meses, também aleitamento materno) conta uma história muito parecida:

Antes, quando era menor, dormia de quatro a cinco horas seguidas à noite. Claro que durante o dia quase não dormia devido aos gases, que lhe causaram muito incômodo nos três primeiros meses. Agora ela dorme mais durante o dia, um máximo de duas horas seguidas, e de noite acorda a cada duas horas.

E é o mesmo com a Rosa, que só dá peito à sua filha:

Tudo tem ido muito bem, minha filha ganhou peso e vai crescendo linda e saudável. Mas desde que fez quatro meses temos observado que de noite ela dorme muito poucas horas seguidas. Com três meses ela podia passar até sete horas dormindo, desde as nove da noite até aproximadamente as quatro da manhã. Agora só aguenta três ou quatro horas no máximo.

Essas meninas acordam mais vezes do que quando eram menores todas as noites. Todas têm seis meses e todas mamam no peito. É coincidência? Ou tem alguma coisa a ver com a idade e o tipo de aleitamento?

É provável que sim. Pesquisadores norte-americanos[21] estudaram os padrões de sono em um grupo de crianças passando questionários periodicamente às suas mães. Todas as crianças no estudo tinham mamado no peito por pelo menos quatro meses, mas aos dois anos só a metade continuava mamando.

Observaram que acordar ou não durante a noite dependia de se a criança continuava mamando ou se tinha sido completamente desmamada. As crianças desmamadas de fato dormiam cada vez mais: nove horas seguidas com sete meses e depois entre nove e meia e dez horas seguidas até os 24 meses. As crianças que mamavam no peito pareciam que iam seguir o mesmo caminho. Aos dois meses já dormiam seis horas seguidas e aos quatro meses, sete horas, mas depois dos quatro meses ficavam mais ativas, e entre os sete e os 16 meses só dormiam quatro horas seguidas. Aos 20 meses dormiam sete horas (parece que finalmente começa a dormir!), mas era um alarme falso, e aos 24 meses só dormiam cinco horas seguidas.

O tempo total do sono também era diferente. As crianças desmamadas dormiam ao longo do dia uma ou duas horas a

mais que as que continuavam mamando.

Muitas das crianças amamentadas dormiam com a mãe, mas passavam a dormir sozinhas pouco depois do desmame. Essas crianças que dormiam com a mãe acordavam ainda mais vezes à noite: aos 24 meses, as crianças que mamavam e dormiam com a mãe dormiam quase cinco horas seguidas. As que mamavam mas dormiam sozinhas, quase sete horas. As que não mamavam e dormiam sozinhas, nove horas e meia. É difícil saber se acordam antes porque estão com a mãe ou se as deixam dormir com a mãe justamente porque acordam antes, ou se acordam da mesma forma mas, quando estão em outro quarto, a mãe não percebe. Provavelmente um pouco de tudo.

A duração normal da amamentação no ser humano, segundo diversos dados antropológicos e de biologia comparada,[22] parece estar entre os dois anos e meio e os sete. Em uma amostra de mães norte-americanas que iam a grupos de apoio à amamentação e que tinham amamentado por mais de seis meses, a idade média do desmame estava entre os dois anos e meio e os três, e algumas crianças tinham mamado sete anos.[23] Portanto, aquelas crianças desmamadas aos quatro ou aos sete meses e que começam a dormir mais horas seguidas mamaram me nos que o normal e estão dormindo mais que o normal. O normal é o que fazem as crianças de peito: acordar com mais frequência depois dos quatro meses. Isso ajudou a sobrevivência dos nossos antepassados, ao permitir que os bebês mantivessem o contato contínuo com a mãe. Não sabemos por que as crianças que tomam aleitamento artificial mostram um padrão anômalo de sono. Os fabricantes de leite artificial continuam tentando que seu produto seja “o mais parecido ao leite materno”. Pode ser que algum dia solucionem também esse pequeno problema do excesso de sono nas crianças.

Alguns dos nossos leitores estarão pensando: “Cinco horas! Quem dera que nosso filho dormisse pelo menos cinco horas!”. Bom, lembrem-se que isso é simplesmente a média. Uns dormiam mais e outros menos (por alguma estranha lei da natureza, o filho da vizinha sempre dorme mais). Além disso, aqueles pesquisadores não observavam as crianças durante o sono, mas perguntavam à mãe, que não percebe sempre que seu filho acordou. Um amigo, o dr. Jairo Osorno, comprovou, através de um eletroencefalograma contínuo e filmagem com raios infravermelhos que, quando uma criança dorme com a mãe, pode mamar várias vezes à noite sem que nem a criança nem a mãe estejam acordadas. Normalmente, a mãe não se lembra pela manhã de quantas vezes o filho mamou.

A medida que as crianças vão crescendo, vão ficando mais independentes, mais responsáveis pelo seu próprio destino. No princípio são tão indefesas que a mãe é quem tem que se ocupar de manter o contato contínuo, sem o qual as crianças da pré-história, dormindo nuas sob as estrelas, teriam morrido em poucas horas. Quem é que nunca foi “ver se o bebê respira”? É claro que ele está respirando, e você sabe disso, e talvez seu marido tenha achado graça (“deixa o menino em paz, agora que ele está dormindo”). Mas, de qualquer maneira, você sentiu a necessidade de ir ver seu filho porque um forte instinto a impedia de passar tantas horas seguidas separada do seu recém-nascido.

Por que “se respira”? As mães estão preocupadas com a morte súbita? Não, somente nos últimos anos os meios de comunicação falaram do tema. Muito antes disso, muitíssimas mães que não tinham ouvido falar da morte súbita do lactente entravam sigilosas no quarto do bebê, se aproximavam do berço, observavam o filho por um tempo, sorriam, Não o faziam por um motivo racional, essa ação não era o resultado de uma reflexão. Depois, quando ao sair

alguém perguntava: “O que aconteceu, por que você entrou?”, procuravam uma resposta culturalmente aceitável: “Nada, estava olhando pra ver se ele está respirando”. Por que as verdadeiras respostas (“não sei”, “precisava entrar”, “tinha saudades dele”) parecem soar um pouco bestas. Com certeza outras mães, em outras épocas, em outros lugares, deram outras explicações:“Entrei para garantir que ele não estava sendo atacado por uma cobra”, “Abri um pouco a porta para renovar o ar” ou “Tinha medo que alguém jogasse um mau-olhado nele”. Muitas outras mães, em muitos outros lugares e muitas outras épocas, não tiveram que inventar explicações tão engenhosas, porque sua cultura não pedia que se separassem dos seus filhos em nenhum momento.

Depois de uns meses, a mãe já não sente aquele desejo imperativo de ir ver o seu bebê a cada duas horas. É o bebê que monta a guarda dia e noite.

Seu filho está ficando independente. É capaz de vigiar, de tomar iniciativas, de assumir responsabilidades. Agora você pode ir dormir tranquila, com a confiança de que seu filho avisará quando precisar de você.

A cama compartilhada na prática

Já foram escritos excelentes livros sobre a cama compartilhada. [24],[25],[26] Infelizmente, nenhum deles foi traduzido para o espanhol. Permitam-me recomendar, no lugar deles, um romance, O sorriso etrusco, de José Luis Sampedro,[27] e um conto, De verdad que no podia, de Gabriela Keselman e Noemi Villamuza.[28]

Algumas famílias optam por colocar o bebê na cama dos pais desde o começo. É claro que é mais confortável se for

uma cama maior, mas também pode ser uma cama simples, de 1,35 metros.

Outras preferem juntar um berço à cama de casal com a grade abaixada. Isso só pode ser feito se a altura dos colchões coincidir exatamente e se não sobrar nenhum buraco entre eles (o bebê poderia ficar preso e asfixiar-se).

Também se pode juntar uma cama de solteiro à cama de casal. Assim, não é preciso comprar mais móveis - algum dia, essa cama passará para o outro quarto com o filho dentro. Para evitar que o bebê caia entre as camas, o papai pode ficar com a de solteiro. Se a altura das duas camas não é a mesma, podem-se desenroscar os pés das camas e os estrados e os colchões podem ficar diretamente no chão — assim também não há preocupação com as quedas.

Uma solução é colocar o bebê no bercinho e passá-lo para a cama grande para que ele mame quando acordar. Se o bebê dormir primeiro, a mãe pode colocá-lo de volta no bercinho. Se a mãe dormir primeiro, o bebê fica. Normalmente a mãe dorme primeiro, a não ser que esteja fazendo um esforço deliberado para ficar acordada. Nesse caso ela se desperta completamente, e, paradoxalmente, aquelas mães que decidem devolver o bebê ao berço para dormir melhor podem ser justamente as que dormem pior.

Devem-se tomar certas medidas de segurança. Se a cabeceira da cama tem barras nas quais a cabecinha do bebê pode ficar presa, ela pode ser forrada temporariamente com um pano. Um bebê não deve dormir com um adulto que estiver sob os efeitos do álcool ou que tenha tomado soníferos, nem com um adulto extremamente obeso (com exceção desses casos, não há o menor risco de esmagamento). Não se devem usar colchões de água nem peles com pelos (naturais ou sintéticos). Também não devem

ser usados cobertores e edredons pesados, pelo menos durante os primeiros seis meses (no inverno é melhor ligar o aquecimento e colocar uma manta leve). É importante que não se tape a cabecinha do bebê com os lençóis. E não fumem: o tabaco aumenta muito o risco de morte súbita do lactente.

Nunca se deve dormir com um bebê em um sofá, há muitos can-tinhos onde ele pode ficar preso.[29]

Uma solução radical para os problemas de espaço é dormir no estilo japonês: colchões e colchonetes diretamente no chão.

Quando o bebê dorme com a mãe, às vezes acorda e volta a dormir sem dar um pio. tranquilizado ao notar a sua presença, e outras vezes mama. A mãe costuma não acordar completamente e não se lembra disso no dia seguinte.

Porém, algumas famílias ficam desesperadas porque seu filho não só acorda e mama, mas chora e grita, e exige que seus pais o tirem da cama, o embalem ou cantem para ele cinco ou dez vezes todas as noites. Isso é normal por alguns dias se o bebê estiver doente, se tiver alguma dor ou se o nariz estiver tapado, mas não é lógico que um bebê saudável se comporte assim todas as noites. Naquela tribo da pré-história os bebês deviam estar bastante calados na maior parte da noite, e não chorando para atrair os leões. Por que alguns bebês se comportam assim?

As vezes são bebês que tentaram fazer com que dormissem sozinhos durante uma temporada. Se você deixou seu filho chorar durante a noite e agora, lendo este livro, muda de ideia e decide levá-lo para a cama grande, não espere que tudo seja um mar de rosas desde o primeiro dia. A resposta normal ã separação, como vimos antes, é que seu filho fique

desconfiado, exigente e choroso durante alguns dias ou até mesmo semanas. Deve-se ter paciência e dar-lhe muito carinho até que ele recupere a confiança.

Mas também já me falaram de alguns bebês que, mesmo dormindo com os pais desde que nasceram, passam as noites chorando e sendo embalados. A maioria dos pais preferiria não ter que sair da cama durante a noite, então vale a pena questionar se o bebê realmente pediu por isso. Às vezes os bebês fazem uns barulhinhos meio adormecidos, e o melhor é não fazer nada para que eles não acordem completamente. Outras vezes começam com tímidas reclamações e é suficiente tocá-los e dizer “oioioi” para que voltem a acalmar-se. Quando o bebê não dorme mas também não chora, não é necessário fazer nada para ajudá-lo a dormir. Durma você e ele fará o que achar melhor. Não acenda a luz, não fale, não saia da cama a menos que outros meios mais suaves tenham falhado.

Quando um bebê se acostumou a chorar até que o levem para dar uma volta pelo corredor, pode ser útil que a mamãe fique na cama e o papai o leve para passear pela casa. A maioria dos bebês prefere a mamãe na cama que o papai passeando (isso é duro para nosso ego masculino, mas a vida é assim).

Com que idade ele vai dormir sozinho?

Essa é uma pergunta difícil. A atitude da nossa sociedade em relação à cama compartilhada é tão negativa que não há estudos sérios sobre a sua duração normal.

Se não fizessem o mínimo esforço para tirar as crianças da cama dos pais, elas mesmas sairiam mais cedo ou mais tarde. Não sei com que idade, porque não conheço ninguém que tenha tentado fazer isso. A idade sem dúvida será

diferente em cada família, e dependerá do temperamento e dos desejos da criança e de seus pais.

Mas tenho bastante certeza de que nenhum dos meus leitores sente, neste momento, o menor desejo de voltar a dormir cada noite entre seu pai e sua mãe. Os japoneses costumam dormir com seus pais ate os cinco anos, mas essa é uma questão cultural, não é necessariamente “o normal”. Os chimpanzés também dormem com a mãe até os cinco anos, mas chegam à puberdade aos sete, ou seja, os seus cinco anos devem corresponder aos nossos dez.

É difícil imaginar uma criança com menos de dez anos dormindo sozinha quando não existiam casas nem roupas. Mas agora dormir sozinho já não é tão perigoso, e muitas mães e pais preferem que as crianças saiam da sua cama antes dos dez anos. Para outros pais, a cama compartilhada é indiferente ou pode ser muito agradável. Uma vez que não prejudicam ninguém, estão no seu pleno direito de continuar dormindo juntos pelo tempo que quiserem.

Quando as crianças compreendem racionalmente que não há perigo, que seus pais estão no quarto ao lado e que se precisarem deles eles virão, são capazes de dormir sozinhas sem chorar e de não chamá-los se não surge nenhum problema. Mas o instinto continua dizendo-lhes outra coisa.

Imagine que você diz ao seu marido: “Amor, já que não teremos mais filhos, o melhor será não termos relações sexuais nunca mais”. Racionalmente, é claro que ele pode entender, mas será que ele consegue fazer isso na prática?

Pela minha experiência e a de outras famílias que praticam a cama compartilhada, eu diria que até os três ou quatro anos, se vendemos a ideia com habilidade (‘‘como você já é grande agora vai ter a sua própria caminha e um armário

para guardar seus brinquedos…”), as crianças costumam aceitar dormir sozinhas. Mas pedem que contem histórias e lhes façam companhia até que durmam, e continuam pedindo todas as noites até os sete ou oito anos. E não querem a companhia de qualquer um, mas geralmente da mãe. É típico que o papai conte uma história, e outra, e mais outra, e quando finalmente disser: “Agora chega de histórias, vamos dormir”, a criança responda: “Então chame a mamãe”. E que mãe nunca ouviu uma vozinha:“Vem, mamãe, que o papai já dormiu”?

A mudança para o próprio quarto é mais fácil se houver um irmão mais velho para dividir o espaço, embora a partir de certa idade seja possível que o irmão mais velho também prefira estar sozinho.

Durante os anos de conflito, entre os três e os dez, quando a razão (e os pais) lhes dizem que elas podem dormir sozinhas, mas o instinto as chama junto à mãe, as crianças podem fazer coisas curiosas. Podem chamar a mãe e agradecerão muito se ela for acudi-las, mas também se conformarão sem chorar com um simples “vamos, dorme que já é tarde”.

Pilar, de dez anos, passou uma temporada levantando cinco minutos depois de ir para a cama e indo até o quarto dos pais:

— Não consigo dormiiir.

— Você já tentou ficar quietinha e calada?

— Não.

— Então tenta.

E ela ia. E depois de uns dias, ela já conhecia o truque:

— Não consigo dormiiir.

— Você já tentou ficar quietinha e calada?

— Já.

— Muito tempo?

— Não, pouco.

— Então tenta um pouco mais.

Uns dias depois, não era preciso dar muitos detalhes:

— Não consigo domiiir.

— Você já sabe o que eu vou dizer?

E ela ia dormir. Algumas noites, se não estava muito cansada, a mamãe ia fazer-lhe companhia por alguns minutos. Umas semanas depots, Pilar ia dormir sem dar nem um pio. E a sua mãe, é claro, sentia saudades daqueles momentos.

Por que chamam a nossa atenção

— Mãe! Eles estão vindo! Proteja-me!
— Sim, meu amor, eu te protejo

Víctor Hugo. *O corcunda de Notre-Dame*

Algumas pessoas vão aos parques para observar os pássaros ou os esquilos. Entretanto, costuma ser muito mais interessante observar as crianças. Ir a um parque para ver crianças deveria ser um exercício obrigatório para os casais que esperam um bebê. Se vocês já são pais, ainda estão a tempo de observar seus próprios filhos e outras crianças

Observemos as interações complexas das crianças pequenas. Uma mãe passeia com seu bebê em um carrinho e encontra uma conhecida. Aproxime-se discretamente e não perca nenhum detalhe. A conhecida (os homens costumam ser mau tímidos com os bebês) começará a falar com o bebê quase antes de cumprimentar a mãe. Primeiro ela se agacha até ficar na sua altura, olha nos seus olhos a um palmo de distância, se for necessário inclina o rosto para que esteja alinhado com o do bebê, som abertamente e pronuncia, com uma entonação característica e um tom agudo, uma frase apropriada ("de onde saiu essa coisinha tão linda?" e "como vai o príncipe da casa?" estão entre as mais usadas mas as palavras são o de menos, e o clássico "guti, guti, guti" ainda tern alguns partidários).

Agora o bebê responde (se tiver vontade). Abre os olhos, olha para a intrusa, faz uma careta mais ou menos parecida com um sorriso, move a cabeça e pronuncia "dadá" ou alguma palavra adequada. A partir desse momento, provavelmente será o bebê quem vai levar a conversa, e a amável desconhecida se limitará a imitar o sorriso, o "dadá" ou a balançada de cabeça do bebê, o qual, por sua vez, imitará a imitação em uma espécie de ping-pong.

Atenção ao que acontece agora. A amável senhora se cansa da brincadeira. dirige-se à mãe e começa a conversar com eh. Elas se olham, falam uma com a outra e nenhuma das duas se ocupa do bebê. Mas você, observadora discreta c casual, não tira o olho do bebê. Poderá ver um episódio frequente mas pouco conhecido da vida privada dos bebês, algo que nem a mãe nem sua amiga podem ver nesse momento porque não estão olhando. Você verá como o bebê tenta uma ou duas vezes repetir a balançada dc cabeça, o "dadá". o sorriso. Verá como o sorriso vai sc transformando em uma expressão bem diferente, primeiro de estranhamento. depois dc preocupação, e depois de

profunda ansiedade. Sc a sua idade e habilidade permitirem, é possível que o bebê tente repeat seu “dadá” em um tom mais forte, girar a cabeça e todo o corpo em busca da pessoa que acaba dc desaparecer do seu campo de visão, mover o carrinho ou jogar algum brinquedo tentando atrair sua atenção. Se a mãe ou a amiga voltarem a dizer-lhe alguma palavra amável ele se acalmará instantaneamente (durante uns segundos). Se o ignorarem, pode ser que ele comece a chorar e em seguida a gritar e soluçar.

Por que ele faz isso? A maioria das interpretações habituais, tanto nos livros quanto na “sabedoria popular”, são bastante negativas em relação ao bebê. Ele é acusado de estar malcriado (mas se você for um observador perseverante, verá que todos os bebês fazem isso, independentemente dc como foram criados). Afirma-se que ele está com ciúmes, o que ê uma maneira de interpretá-lo, embora talvez não seja a mais adequada. Está com ciúmes da outra mulher falando com a sua mãe ou da sua mãe falando com a outra mulher? Imagine que você está sentada em um café com seu marido e que se aproxima uma pessoa desconhecida, a cumprimenta, diz algumas bobagens sobre o tempo c depois se senta à mesa e começa a falar com seu marido. Durante duas horas esta pessoa e seu marido se olham nos olhos e falam dos seus assuntos, sem dirigir nenhuma palavra a você, nem um olhar. Como você se sentiría? Se a pessoa no caso é uma loira deslumbrante e muito decotada, talvez você pente que está com “ciúmes”. Mas mesmo que foste um idoso de barba branca, você também não se sentiria muito melhor. Sena mais correto dizer que você se sente “excluída” ou “ignorada”… E isso dói em qualquer idade. (“Mas nesse exemplo meu marido não me deu atenção on duas horas, enquanto o bebê começa a reclamar em poucos segundos.” É verdade, mas o tempo é relativo Alguns segundos é muito tempo para um bebê. E reconheça que você começaria a ficar incomodada bem antes das duas

horas. Em alguns casos, bastam cinco ou dez minutos de desprezo absoluto para tirar um adulto do sério.)

Também dizem que os pobres bebês querem “ser sempre o centro de todas as atenções”, o que e um enorme exagero. O bebê tem dificuldade para interagir com mais de uma pessoa de uma vez. Se uma lhe dá atenção, os outros podem fazer o que tiverem vontade. Ele se conforma em ser o centro da atenção.

Ou eles são qualificados como “egoístas”. É egoísta quem quer um bem para si mesmo mas o nega aos demais. Mas o bebê não nega nada, está disposto a devolver sorriso por sorriso e “dadá” por “dadá”. Até mesmo perde na troca, já que ao menor descuido nos enche de babas, e é muito difícil que um adulto babe sobre um bebê em uma correspondência justa. A intenção do bebê, longe de ser egoísta, é pura e desinteressada, uma relação humana em que ambas as partes saem ganhando.

Dizem que eles “fazem drama só para chamar a atenção”, que são “lágrimas de crocodilo”, como se a criança não sentisse a dor que manifesta ou tingisse chorar só para “nos manipular”. Talvez seja compreensível que pensem assim a mãe e sua amiga, que vêem o bebê sorrindo e dizendo “dadá”, retiram o olhar um minuto e a próxima coisa que veem é um bebê chorando de partir o coração. Parece uma mudança brusca demais, e é fácil suspeitar que seja uma mudança “artificial”. Mas você, observadora de bebês, viu uma angústia profunda e genuína refletida no rosto do bebê. Uma expressão de angústia que não foi “teatro”, porque o bebê a exibiu justamente nesses segundos em que não tinha público. Há um tempo tive a oportunidade de ver essa expressão em um filme científico feito por um psicólogos. Instruiram a mie a ficar de frente para o seu filho, sorrir para ele e falar com ele da maneira habitual por alguns minutos.

De repente a mãe ficava parada como uma estátua, de frente para o filho mas sem sorrir nem falar com ele, nem fazer o menor gesto durante outros dois minutos. Uma câmera focava na mãe e outra no filho, e no filme montaram as duas imagens, uma ao lado da outra. A angústia do bebê diante da falta de resposta era palpável, e também era evidente que nenhuma mãe teria sido capaz de suportar o experimento por mais de algum minutos (Algumas mães que sofrem de uma depressão profunda de fato podem permanecer impassíveis diante dos seus recém-nascidos. Esses bebês podem apresentar problemas psicológicos).[30]

Por que é, então, que o bebê se comporta dessa nunetra.se não for por ciúmes, por egoísmo, para chamar a atenção ou por pura maldade? O homem ê um animal social. Vive em grupos. Para o bebê, a relação com sua própria mãe é fundamental. Mas a relação com qualquer outro ser humano também é importante. Ele vem ao mundo preparado para "parecer simpático" aos demais membros da tribo e assim evitar agressões. Vem ao mundo preparado para "chamar a atenção" dos demais membros da tribo e assim conseguir sua proteção em caso de perigo. Por isso, muito antes de saber andar ou falar, e capaz de "conversar" amavelmente com outras pessoas. Por isso o fato de outras pessoas o ignorarem e não lhe darem atenção e para ele perigoso e preocupante.

Será que isso quer dizer que temos que passar o dia dizendo "guti guti" aos nossos filhos e aos dos nossos vizinhos? É claro que não. Em primeiro lugar, é impossível: temos outros filhos, outras obrigações, outras necessidades, e jamais poderemos dar uma atenção completa e constante a uma única criança. Em segundo lugar, o bebê não vai ficar "traumatizado pela vida toda" porque de vez em quando não lhe damos atenção e ele fica nervoso (embora realmente

haja conseqüências a longo prazo se não lhe dão atenção nunca ou quase nunca). O que eu quero dizer e que.

1. Devemos dar aos nossos filhos toda a atenção que for possível. Nunca será demais. Não se pode provocar nenhum “trauma psicológico” por sorrir demais a uma criança ou por dizer-lhe “guti guti” demais

2. Quando nosso filho chora ou “comporta-se mal” pedindo a nossa atenção, não devemos pensar que ele faz isso por maldade ou capricho, mas sim por necessidade e por amor.

3. Um sorriso de vez em quando, um carinho ocasional, uma palavra mesmo que de longe podem ajudá-lo a tranquilizar-se nos momentos em que não podemos dar-lhe nossa plena atenção Sempre será melhor que seguir o conselho tão batido de “não deixe que ele te faça de boba. Deixe-o chorar até cansar”.

À medida que a criança vai crescendo, é cada vez mais fácil tolerar a separação da mãe ou a indiferença dos adultos. Ela também desenvolve recursos mais eficazes para obter a atenção. Quando uma desconhecida vem conversar com a sua mãe. uma menina de dois, cinco ou sete anos tem muitas opções:

• Puxar a roupa da mãe ou da amiga.

• Mostrar a qualquer uma das duas algum tesouro recém-encontrado, como uma guimba de cigarro babada ou um caracol

• Participar da conversa com algum comentário que seja mais ou menos relevante.

• Perguntar o porquê de alguma coisa.

• Mexer em minhocas, chutar pedras, levantar poeira, espirrar poças de agua ou fazer qualquer outra coisa que costume provocar uma resposta imediata da mãe.

O que é que todas essas ações têm em comum? Adivinhou! Todas são proibidas. Todas são consideradas falta de educação. Todas correm o risco de provocar. em vez de atenção, raiva e irritação na mãe. E isso fará com que a criança fique ainda “mais chata”. Nesse sentido, parecem respostas não adaptadas, rnas só porque a situação ambiental mudou Somente em épocas recentes (recentes no sentido evolutivo, digamos que faz alguns séculos) surgiram expectativas sociais sobre a “boa educação”. Provavelmente há dez mil anos ninguém dizia “não se deve interromper as conversas dos adultos” ou “uma criança boa é aquela que vemos mas não ouvimos”. Há dez mil anos havia poucas conversas para serem interrompidas e ninguém se importava se umas mãozinhas sujas puxavam ou sujavam a roupa. Também não havia jarras nem vidros para quebrar, nem deveres para não fazer, nem mesas para não limpar, nem banheiros onde não lavar as mãos, nem era possível incomodar o papai enquanto ele via o jogo de futebol. Quando uma criança pegava um caracol ou uma barata no chão, provavelmente não a xingavam por mexer em porcarias, mas lhe davam os parabém por ter encontrado comida. A maioria das causas pelas quais costumamos gritar com nossos filhos ainda não existiam. Da mesma forma que acontece hoje com outros primatas, nossos antepassados provavelmente gritavam com seus filhos principalmente quando havia um perigo, como um lobo nas proximidades. Quando o pai ou a mãe gritavam com a criança, ela tinha que correr até eles e subir no seu colo.” Afastar-se da mãe “brava” era a pior opção, porque levava ao perigo.

Nossos filhos herdaram esse comportamento e com freqüência vêem-se presos em um circulo viciosa Se os

xingamos porque pedem colo, pedem mais colo. Se ficamos bravos porque interrompem, interrompem mais. Não fazem assim para desafiar-nos ou provocar-nos, mas simplesmente porque não conseguem evitá-lo. A coisa e realmente complicada para as pobres crianças.

O fato de as crianças tentarem “chamar a atenção” dos adultos e universal. mas as maneiras de interpretar isso são muito variadas. Langis cita uma história de um especialista, diretor do Centro da Educação e da Família.[1] Em um curso supostamente de educação para famílias em que vários adultos estavam sentados no chão, “uma menininha de uns dois anos de idade se divertia levantando-se o tempo todo e passeando entre nós”. A menina mostrava um comportamento muito pouco respeitoso:

[…] ela puniu a mão na cara de alguns e literalmente subia nos ombros de outros. Os presentes, tu maioria bons pais, deixavam que ela se comportasse assim (…) até que. quando ela passou ao lado de um membro do grupo, ele pegou o seu braço suavemente, olhou firmemente nos seus olhos e disse com a voz serena: “Você pode se mover a vontade. pode passear entre nós se quiser, mas tente não pisar em mim e tenha mais cuidado quando estiver passando perto de mim (..,)”. Meia hora mais tarde, adivinhem no colo de quem a pequena tinha ido sentar-se tranquilamente: no daquele senhor. O único que teve direito a esse privilégio durante o resto do dia.

Para Langis, essa história demonstra que o adulto ganhou o respeito da menina ao dizer-lhe “não”. As crianças adoram que lhes digam “não”, precisam disso, e os pais devem comprar o livro do senhor Langis para aprender a dizê-lo corretamente.

Minha interpretação é muito diferente (dirão que eu não vi a cena e não posso interpretá-la. Mas já vi muitas crianças em cenas parecidas, e o leitor decidirá quem se aproxima mais da realidade). Acho que os adultos nessa história não estavam “permitindo” que a menina “se comportasse mal”, ou seja, não estavam sendo “permissivos . Parece mais que a ignoravam, sem olhar para ela nem talar com ela. que estavam apostando em “deixa, que eh se cansará”, apesar dos contínuos esforços da menina para conseguir uma resposta. Acho que a menina não se “divertia” levantando-se o tempo todo, mas fazia isso justamente porque estava soberanamente entediada. Finalmente. um dos adultos a toca, olha nos seus olhos e fala com eh amavelmente. Nesse momento fica estabelecida a relação e é concedido o privilégio de ter a menina no colo. O contato amistoso, o olhar respeitoso e a voz amável, o dar atenção são o que realizaram o milagre. As palavras pouco importam. Se em vez de dizer “tente não pisar em mim e tenha mais cuidado...”, aquele senhor tivesse dito á menina: “Como você se chama? Você sabe desenhar? Vem cá. faz um desenho pra mim neste papel...”, vocês não acham que ele também teria conquistado o seu afeto?

Dickens, um grande observador de crianças (e de seres humanos em geral), põe na boca de uma de suas protagonistas uma história muito pairada:

Ao voltar para casa, ganhei de tal modo o afeto de Peepy, comprando-lhe um moinho de vento e dois saquinhos de farinha, que ela não permitiu que ninguém mais tirasse seu chapéu e suas luvas, e não quis sentar-se para comer ao lado de mais ninguém a não ser o meu

Bleak House (A casa soturna)

Peepy é um menininho a quem seus pais não dão nenhuma atenção. A protagonista do romance, uma mulher bondosa e muito modesta, atribui seu sucesso ao brinquedo, mas o leitor sabe que na verdade ela conquistou o seu afeto com a atenção que deu a de, agora e em capítulos anteriores.

E agora, por que não quer andar?

> *Polly recusou-se completamente a explorar novos mundos até ter a certeza de que podia voltar ao velho.*
>
> C. S. Lewis, *O sobrinho do mago*

Continuemos a observar crianças no parque. Desta vez, nosso sujeito é uma menina de uns dois anos. Sua mãe está sentada em um banco e eh brinca na areia. A menina senta, levanta, cata uma coisa no chão, vai até os balanços, volta, vai até as flores, volta…

Todos esses deslocamentos têm algo em comum: a mãe sempre é a origem e o fim. A menina se afasta lentamente, por etapas, deslocando-se até aqui e ali para investigar algo interessante. Quando chega a uma certa distância, decide empreender o caminho de volta, que costuma ser mais rápido. Essa distância de segurança, na qual a criança para e dá meia volta, aumenta com a idade e varia com diferentes fatores (sc está em um lugar conhecido ou desconhecido, se ao seu redor há outras pessoas ou animais, se o espaço é aberto ou há obstáculos que ocultam a mãe). Depende também, é claro, do caráter mais ou menos atrevido da criança. Quando está perto da mãe, a princípio as etapas costumam ser mais longas e as pausas curtas, mas à medida que ela se afasta costuma fazer etapas mais curtas e pausas mais frequentes e prolongadas. Quando decide voltar, ao contrário, costuma começar com um bom ritmo, e

somente quando está perto da mãe começa a demorar. A excursão acaba às vezes no colo da mãe ou tocando-a. às vezes a certa distância. Depois de um tempo, a menina começa uma nova exploração.

De acordo com Bowlby, a mãe é a “base segura”para o comportamento de exploração da criança, que pode ser comparado com o avanço de uma patrulha de reconhecimento em território inimigo. Enquanto esmerem em contato com sua base e acreditarem que será possível retirar-se em caso de perigo, poderão avançar com segurança. Mas se é perdido o contato, a base é destruída ou a retirada e bloqueada, a patrulha se desmoraliza, e deixam de ser valentes exploradores para converterem-se em temerosos errantes

Existe um duplo sistema de segurança. Tanto a mãe como a menina encarregam-se de manter contato, olhando-se com freqüência e às vezes dizendo algo. É um espetáculo fascinante, preciso como uma sinfonia, embora não esteja ensaiado. A menina pode tentar atrair a atenção da mãe com diversos métodos, “olha o que eu sei fazer , “olha o que eu achei” e será mais insistente se a mãe não olha para ela ou está ocupada com outra coisa. Da mesma forma, se a menina parece especialmente “distraída”, a mãe tentará atrair sua atenção, se possível sem assustá-la (“Oi, Sônia, oie”, “olha, um au-au”…). Quando a menina chega a certa distância, o regresso começa espontaneamente. Se a mãe acha que ela se afastou demais. talvez a mande voltar (o que não costuma surtir muito efeito), ou. mais astutamente, tentará chamar sua atenção de novo (“venha ver que borboleta linda”). Em outros momentos, ou se falha o anterior, a mãe se levantará para aproximar-se da filha. Se não existe um perigo real, provavelmente não chegará até ela, mas se limitará a ficar a uma distância “de segurança”. Isso naturalmente permite que a menina se afaste um pouco

mais, já que está mais peno da sua base. Em alguns casos, quando a margem de segurança da criança é maior que a da mãe (por exemplo, se a criança se sente segura até os 30 metros, mas a mãe começa a ficar angustiada aos 20 metros), pode haver uma perseguição um pouco cômica. Algumas mães pensam: “Esse menino e impossível, sai andando sem olhar para tris. Se eu não fosse atrás, ele se perderia”. Mas. na maioria dos casos, a criança não teria se distanciado unto se a mãe não tivesse ido atrás. É claro que nessa estranha perseguição não há nenhuma má vontade da parte da criança. Quando ela se afasta mais porque nos aproximamos, não está nos “fazendo de bobos”, mas sim demonstrando sua confiança.

O retorno da menina e ativado automaticamente a uma certa distância ou depois de um certo tempo, nus também há fatores que o desencadeiam. Um deles é uma ameaça potencial, como o aparecimento de um cachorro ou de um desconhecido. Outro é a sensação de que a mãe parou de vigiá-la; a chegada de uma amiga que começa a falar com a mãe costuma fazer com que a menina volte e peça atenção. Mais uma vez, não seria correto falar de “ciúmes”. Simplesmente, a prudência mais elementar recomenda não afastar-se enquanto a mamãe está distraída conversando.

Mais cedo ou mais tarde chega a hora de voltar para casa. A mamãe chama a filha, que normalmente não vem. A mamãe se levanta e a chama outra vez. É provável que assim a menina venha, ao ver que a mãe está a ponto de ir embora. Agora a mamãe espera que a filha a acompanhe, pouco a pouco, caminhando. Mas não é assim. Talvez a menina se sente no chão e comece a chorar. Talvez corra até ficar na frente da mãe, levantando os braços e pedindo colo entre soluços. É até provável que ela tente abraçar os joelhos da mãe para imobilizá-la.

Começa uma cena que todos já vimos ou vivemos dezenas de vezes. A mãe que suplica, grita, ordena, ameaça, arrasta. “Já falei pra você andar!” “Não senhora, no colo não, você já é muito grandinha:” “Parece mentira, uma menina tão grande.” “Eu já estou ficando cansada…” Quando são dois adultos brigando com a criança, é fácil que comece uma tímida discussão: “Coitadinha, ela ê pequena, deve estar cansada…”, “Que cansada o quê! Ela passou o tempo todo correndo e pulando toda animada. Ela está é nos fazendo de bobos, isso sim.”

Em alguns casos, a criança tenta seguir a mãe, mas para uma vez ou outra, fica para trás ou desvia do caminho. E a mãe, cada vez mais brava, tem que voltar atrás para buscá-la.

No fim, algumas mães pegam o filho no colo e o carregam (algumas fazem isso logo e com calma, outras depois de uma longa luta, muito bravas e apertando a criança com força). Outras levam a criança por uma mão. literalmente arrastada. Das primeiras, dizem que estão mimando o filho, consentindo seus caprichos, deixando-se manipular. Das segundas, que estão educando o filho, que “aprenderam a dizer não” ou a “estabelecer limites”, que “estão mostrando quem é que manda aqui”.

As crianças do primeiro grupo calam-se instantaneamente ou depois de uns breves soluços. Antes de um minuto estarão felizes no colo, como se nada tivesse acontecido. As outras são arrastadas entre gritos e protestos, e pode ser que suas mães as acusem de “estar dando outro show no meio da nu” (como se só a criança desse o show).

Sc fosse possível voltar a ver umas e outras crianças (as que foram “mimadas” e as que foram “ensinadas”) aos cinco ou seis anos de idade, observaríamos que todas elas andam

sem resmungar atrás ou ao lado da mãe e nenhuma pede para ir no colo. Se a criança foi arrastada à força repetidas vezes, concluirão que o método foi eficaz para “ensiná-la a andar sozinha”, e vangloriarão o esforço e a determinação dos pais que, sem deixar que o filho os manipule, souberam vencer aquelas primeiras mostras de rebeldia. Se os pais o levaram com freqüência no colo, sera que alguém lhes pedirá desculpas? (“Você unha razão, ele não ficou malcriado por ser levado no colo, e realmente anda super bem”). Claro que não! Os que ameaçavam dizendo que “você ainda terá que levá-lo no colo quando ele for para o exército”, além de não terem mudado de opinião, continuarão oferecendo seus sábios conselhos a outros pais mais novatos. Jamais reconhecerão seu erro, e no máximo manterão um silêncio digno, ou pode até ser que soltem um surpreendente. “Ainda bem que ele se virou sozinho, porque se dependesse de você ainda estaria indo no colo”.

Para muitos, todas as evidências são acusatórias: a intensidade do choro, o bem que a criança andava há um minuto, o rápido que ela melhora de humor quando a pegam no colo… Não há dúvida de que era “puro teatro”. Entretanto, os especialistas fazem uma interpretação muito diferente. Bowlby” revisa os estudos de Anderson na Inglaterra c de Rheingold e Keene nos Estados Unidos. O primeiro mostrou que o comportamento descrito antes era praticamente universal em um grupo de crianças com idades entre 15 meses e dois anos e meio.

Suas observações os convenceram de que as crianças nessa idade são simplesmente incapazes de seguir a mãe. Bowlby fundamenta sua defesa justamente nas provas de acusação:

[…] até essa idade [três anos] é preferível que sejam transportadas pela mãe. Suas suspeitas [as de Anderson] são confirmadas pela alegria com que as crianças dessa

idade aceitam a proposta de serem carregadas, pelo modo satisfeito e eficaz com que se colocam em uma posição adequada para isso, e a maneira decidida e geralmente abrupta com que costumam exigilo.

Ao relatar como unia criança se colocou diante da mãe tão brusca-mente que quase foi jogada no chão, comenta:

O fato de a pequena não se sentir amedrontada por essa conseqüência impensada sugere que sua manobra é instintiva e impulsionada pelo fato de ver a mãe em movimento.

Quanto a Rheingold e Keene, eles observaram sistematicamente mais de quinhentas crianças nas ruas e parques e descobriram que, daquelas crianças que eram levadas no colo ou no carrinho, 89% tinham menos de três anos (divididas em partes iguais entre menores de um ano, de um ano a dois e de dois anos a três). Entretanto, somente 8% das crianças que não andavam tinham de três a quatro anos, e só 2% unham entre quatro e cinca. Ao contrário, a maioria das crianças de três a cinco anos caminhava de mãos dadas ou agarrada à roupa dos pais ou a um carrinho, e somente os maiores de sete anos costumavam caminhar soltos. Conclusão: trata-se de um processo de maturidade ligado à idade. As crianças menores de três anos não conseguem caminhar com a mãe, nem sequer de mãos dadas, a não ser durante breves períodos e muito devagar. Os maiores de três anos, por outro lado, são capazes disso.

Embora essas investigações que Bowlby cita tenham mais de 40 anos de antiguidade, parece que muitos especialistas não tomaram conhecimento delas ou não compreenderam suas implicações. O “recusar-se a caminhar” continua sendo citado como uma das maiores demonstrações de indisciplina e negativismo. Esse é o primeiro exemplo mencionado por

Langis na primeira das ” 13 condições para a escravidão dot pais de hoje em dia”:

A criança chora sempre para ser levada no colo, embora seja perfeitamente capaz de andar sozinha sem cansar-se durante um bom tempo Trata-se de um capricho.

Mais adiante, o mesmo autor considera esse um exemplo tipico de uma atividade curiosa, exclusiva da infância, “testar os limites e atacar por qualquer resquício de debilidade dos pais:

Uma menininha se dependura na saia da mãe e pede insistentemente que ela a leve no colo. Sua mãe, farta da insistência, grita para que ela caminhe ao seu lado. A menina continua dependurada na sua saia e a mãe volta a repetir o mesmo. Depois, de repente, decide pegá-la no colo. A menininha precisou de apenas 15 segundos para conseguir as coisas do seu jeito.

Para Ferrerós,[32] trata-se de um dos casos em que não se deve jamais pegar uma criança menor de dois anos no colo:

Se ela não quer andar e nos encontramos diante do tipico chilique. (…) A longo prazo, funciona melhor mostrar indiferença diante do seu mau comportamento e, sem fazer comentários, pegá-la pela mão com força e insistir que caminhe, ainda que resista momentaneamente.

Claro, já entendi, como vamos ser tão idiotas a ponto de carregar no colo uma criança que não quer andar? É mais lógico fazer andar a que pede colo e levar no colo a que quer andar, assim aborrecemos tanto uma quanto a outra e damos excelentes espetáculos em público.

Por que a mãe não vai esperar o filho adolescente na saída da escola e o carrega no colo na frente dos seus amigos? Vai

ver como ele fica feliz. (Recomenda-se que vá primeiro á academia por um tempo se não quiser ouvir um “crac” nas costas.)

O erro desses autores (e de muitos médicos. psicólogos e pais) vem dc acreditar que “andar” é uma atividade única: a criança “já sabe andar” e, portanto, pode e deve caminhar em qualquer circunstância.

Mas não é assim. Caminhar embarca uma ampla gama de atividades. Do mesmo modo que correr os cem metros é muito diferente dc correr uma maratona, e não há nenhum atleta que se atreva a participar das duas provas, andar ao redor da mamãe, que está parada em um lugar, é muito distinto de acompanhá-la enquanto ela se desloca. Para esta última não basta saber mover as pernas alternadamente sem perder o equilíbrio, mas deve-se decidir onde eu estou e onde está a mamãe, e qual e o melhor caminho para ir de um ponto o outro, enquanto os dois pontos se movem sem parar!

Houve um tempo em que acreditavam que tínhamos que ensinar as crianças a andar, e que se não as ensinássemos elas não andariam nunca. O dr. Stirnimann explicava às mães como e com que idade deveriam começar as aulas[33] e descrevia massagens e exercícios especiais de ginástica. Agora você entende, querida leitora, por que algumas avôs ficam horrorizadas ao ver que “não ensinamos a criança a andar”? Na sua época isso era considerado imprescindível. Contudo, hoje em dia quase todas as mães e quase todos os pediatras sabem que caminhar não é um aprendizado, mas sim um processo de amadurecimento: se a criança recebe carinho e atenção e não é impedida de caminhar com ataduras e faixas, começará a andar quando tiver a idade adequada, pouco depois de um ano (às vezes um pouco antes). Não é necessário ensinar-lhe. Pois bem, caminhar de

mãos dadas sem chorar ou caminhar sozinha também dependem da maturidade. Seu filho o fará quando estiver pronto, peno dos três anos de mãos dadas, perto dos sete sozinho.

Esperar que uma criança caminhe pela rua porque a viram caminhar um pouquinho no parque é como deixá-la dirigir na estrada porque ela dirige muito bem os carrinhos bate-bate.

É claro que não é uma mudança brusca. Há um longo período em que a criança é capaz de caminhar, mas só por um tempo determinado. quando ela está especialmente interessada ou quando está de bom humor…

Outro dia vi passar na frente da minha casa uma mãe com o filho de uns dois anos. Pela hora, ela devia ter acabado de buscá-lo na escolinha. Ela ia animando o menino a andar com muito entusiasmo: “Olha, agora vamos dar um passo de gatinho, assim, muito beeem!” (e dava um passo pequeno). “Agora um passo de elefante” (passo gigante). “Agora um passo de canguru” (um pulinho). O menino acompanhava a brincadeira, que era divertida, mas não pude deixar de pensar: “Sc eles morarem a quatro quarteirões, vai escurecer antes de chegarem em casa!”

É notável que muitas crianças demonstrem nessa época uma delicadeza de sentimentos especial: a mesma criança que exige com um choro desesperado que os pais a carreguem no colo será capaz de caminhar com os avós porque percebe que eles já não tem força e agilidade para carregá-la. Algumas também se conformam quando veem que os pais estão carregados de compras. Não é incomum que a avó advirta a mãe: “Esta vendo? Ele te faz de boba, mas eu o ensinei a andar”. E atribui a si mesma um mérito que só corresponde à criança: foi ela quem fez um grande

esforço para caminhar quando ainda unha muita dificuldade. E não fez isso para conseguir favores nem elogios, já que é mais provável que obtenha críticas e sarcasmos (“Quer dizer então que agora você anda? E com a mamãe você faz um show…”), mas sim por pura bondade, porque tem uma consciência moral e quer fazer o bem sempre que for possível.

Por que elas têm ciúmes

Os adultos têm ciúmes dos seus rivais sexuais e as crianças têm ciúmes dos irmãos. O que essas duas situações têm em comum para gerar reações tão parecidas que lhes damos o mesmo nome?

O ciúme não é um sentimento exclusivo do ser humano. Aquelas espécies, como o leão, em que o macho permanece junto à fêmea e protege os filhotes, também costumam afugentar os rivais. O macho que cuida dos filhotes transmite os seus genes mais facilmente, sempre e quando os filhos sejam realmente seus e tenham os mesmos genes Cuidar dos filhos de outros não vale muito a pena do ponto de vista evolutivo. A tendência instintiva de cuidar dos filhos é mais bem transmitida se for acompanhada da tendência instintiva de mostrar ciúme.

A fêmea não costuma ter esses problemas. Os seus filhotes são seus, não restam dúvidas, e o que o macho quiser fazer no seu tempo livre não a preocupa Mas no caso do ser humano, a longuíssima infância dos nossos filhos faz com que seja recomendável contar com a companhia do pai. Se seu parceiro começa a se engraçar com outras, um dia desses você pode acabar ficando sozinha, sem ajuda para cuidar dos seus filhos. Na nossa espécie, tanto o macho quanto a fêmea são aumentos e não gostam que a pessoa que amam dê muita atenção a outros.

E por que é que os namorados têm ciúmes, quando ainda não têm filhos? Não é um raciocínio consciente. Você não tem ciúmes porque pensa “preciso de mil e oitocentas calorias para manter o meu metabolismo funcionando”. São sensações que surgem espontaneamente do nosso interior e que nos obrigam a fazer coisas.

Os ciúmes entre irmãos têm motivações similares: as crianças precisam da atenção e dos cuidados dos pan para sobreviver. Se os pais só dão atenção a um filho e esquecem-se do outro, este último sofrerá muito. Portanto, quando nasce um irmão, a reação lógica e normal é fazer o necessário para lembrar os pais: “Olha que eu estou aqui!”, ou seja, chamar a atenção. A motivação não é consciente, a criança de três anos não pensa:“Tenho que voltar a fazer xixi na roupa, fazer birra e gaguejar para que meus pais me deem mais atenção”. Não, o que acontece é que, ao longo de milhares de anos, as crianças que faziam essas coisas e outras parecidas tiveram mais possibilidades de sobreviver e seus genes foram espalhados pelo planeta.

As crianças ciumentas exibem uma curiosa mistura de comportamentos. Comportam-se como um bebê mais novo para inspirar compaixão, mas também gostam de comportar-se como uma criança mais velha para demonstrar que são melhores que o menor. Tratam os pais com uma mistura de carinho quase “pegajoso” e hostilidade Demonstram um carinho quase exagerado pelo irmãozinho, que beira a agressão, como quando o abraçam com tanta força que quase o sufocam. Tentam bater nele às vezes ou. com maior freqüência, ridicularizá-lo (“ele não sabe falar, faz cocô na calça”). Podem também fazer birra ou ter acessos de ira, insultando e batendo nos mesmos pais cujo afeto tentavam conseguir. Podem parecer comportamentos muito estranhos, mas no fundo é o mesmo que faz um homem quando suspeita que sua esposa está interessada em outro: às vezes

chora e suplica, às vezes tenta ser um esposo modelo. Lavar os pratos e enchê-la de presentes, às vezes é atencioso e carinhoso, às vezes faz críticas e cenas, tenta fazer o rival parecer ridículo, às vezes agride o rival e até mesmo a esposa…

Por que nos surpreende em crianças o mesmo comportamento que veriamos como normal em um adulto?

Às vezes compara-se o irmão mais velho a um “príncipe destronado”. supondo que a causa do ciúme é a perda dos privilégios do filho único. Levada às últimas consequências, essa maneira de pensar podem conduzir-nos a não dar muita atenção às crianças, para que assim não notem a diferença quando nasça o irmãozinho. Parece uma barbaridade, mas Skinner” propõe algo parecido em Walden II: os pais não devem oferecer ao seu filho mais carinho que a qualquer outra criança:

Nossa meu é que cada membro adulto de Walden II olhe para todas as nossas crianças como suas, e que cada criança olhe para todos os adultos como seus pais.

A grande vantagem de ter tão pouca relação com os pais é que. se eles morrerem, o órfão não sente falta deles:

Pense no que isso significa para a criança que não tem pai nem mãe! Ela não tem oportunidade de ter inveja dos seus companheiros que não são órfãos, porque praticamente não existe diferença entre eles.

Porém, a causa cios ciúmes não é a lembrança dos privilégios perdidos. Os irmãos mais novos, que nunca foram filhos únicos e que não puderam acostumar-se a ser “os reis da casa” também têm ciúmes dos seus irmãos mais velhos. Ter sido coberto de mimos nos primeiros anos

provavelmente não aumenta os ciúmes, mas os diminui, ou talvez de às crianças suficiente confiança para suportá-los.

Os ciúmes costumam ser maiores quanto menor for a diferença de idade, porque o mais velho ainda precisa do mesmo (colo, mimos, companhia consume) que o mais novo, e portanto a competição é maior. Os ciúmes entre irmãos são absolutamente normais e é absurdo (e muitas vezes contraproducente) tentar negá-los. reprimi-los ou erradicá-los.

Podemos ajudar a criança ciumenta demonstrando nosso carinho incondicional. Ela precisa saber que não tem que ficar ciumenta para conseguir a nossa atenção, mas também deve saber que continuamos amando-a mesmo quando ela fica ciumenta. Podemos tentar canalizar seus ciúmes para manifestações mais positivas, ajudá-la a demonstrar como é grande e esperta (“Conta para a mamãe como você me ajudou a dar banho na Pilar. Que sorte ter o Joãozinho em casa, ele me ajuda muitíssimo!”). Mas não podemos desejar ou esperar que uma criança não tenha ciúmes. Isso seria antinatural.

Imagine que o seu mando um dia chega em casa com uma mulher mais nova: “Querida, esta e a Laura, minha segunda esposa. Espero que vocês sejam amigas. Como ela e nova e se sente estranha, terei que dedicar muito tempo a ela, espero que você, que é mais velha, saiba comportar-se bem e ajudar mais em casa. Ela vai dormir no meu quarto. para que seja mais fácil cuidar dela, e você vai ter um quarto só seu, porque você já ê grande. Aposto que você está feliz de ter o seu próprio quarto! Ah, e você vai dividir com ela as suas joias, é claro”.Você não ficaria com um pouquinho de ciúmes?

O complexo de pai de Édipo

> *Ele era, para dizer a verdade, um desses pais que veem as crianças como uma infeliz consequência dos seus prazeres juvenis [...] e via seus filhos como rivais.*
>
> Henry Fielding, *Joseph Andrews*

Um oráculo anunciou a Laio, rei de Tebas, que os deuses o castigariam pelos seus pecados. Se algum dia ele tivesse um filho, este mataria seu pai e se casaria com a sua mãe. Laio tentou não ter filhos por um tempo, mas o único método anticoncepcional disponível naquela época exigia uma férrea disciplina... E ele não pôde aguentar. Em uma bebedeira, engravidou a sua esposa, Jocasta. Decidido, entregou seu pequeno Édipo a um pastor para que ele o abandonasse no bosque. O pastor teve pena e entregou-o a pais adotivos, e Édipo se transformou em um homem. Ignorante sobre a sua origem, matou seu pai em uma luta (quem começou foi o pai, que era uma pessoa muito ruim — lembrem-se que os deuses queriam castigá-lo no princípio) e casou-se com a sua mãe.

Essa história serviu para nomear a teoria de Freud: o complexo de Édipo é o desejo que supostamente todos os meninos pequenos têm de matar o pai e casar-se com a mãe.

Mas não é isso o que diz a velha tragédia grega. Édipo não teve nenhum desejo de matar o seu pai nem de casar-se com a sua mãe. Ele o fez por um equívoco, porque não sabia quem eram os seus pais. Quando finalmente soube da terrível verdade, ficou tão horrorizado que arrancou os próprios olhos, enquanto sua mãe e esposa se matava.

O mito de Édipo na verdade nos fala do contrário: do temor irracional que alguns pais têm de serem substituídos pelo

filho no amor da mãe. Temor que levou Laio a desprezar e abandonar seu próprio filho. Plantou desprezo e colheu ódio, quando poderia ter plantado afeto e colhido respeito. Para os antigos gregos, a moral da história provavelmente era algo assim como “você não pode escapar do castigo dos deuses, independentemente do que fizer encontrará o seu destino”. Para o leitor moderno, que não acredita naqueles deuses, a moral da história não é “abandone o seu filho antes que ele te mate”, mas justamente o contrário “não seja tão estúpido a ponto de abandonar o seu filho, ou você transformará em inimigo quem poderia ter sido seu amigo se o tivesse tratado com carinho”.

Será que todos nós, pais, temos esse “complexo de Laio”? Não sei se os ciúmes paternos são frequentes, mas com certeza existem. O pai pode sentir-se excluído de uma relação tão próxima (“um marido -escutei isso de várias mulheres — você acha na rua, mas um filho você leva dentro”).

Os ciúmes do pai podem ser direcionados em todos os sentidos: ele gostaria de ser a mãe do menino e de ser o bebê da mãe. Como se tentasse abrir caminho a cotoveladas entre mãe e filho.

Alguns sugerem que a mãe que amamenta deveria deixar que o marido dê uma mamadeira ao filho de vez em quando, para que ele também se sinta importante. Bela maneira de aborrecer o bebê e de colocar a amamentação em risco. Para os pais que querem implicar-se no cuidado dos seus filhos, não faltam oportunidades: é preciso dar banho, vestir, trocar e embalar o bebê. Alguém tem que fazer compras, cozinhar, lavar pratos, lavar e passar as roupas.

De vez em quando uma mãe esgotada me explica que quase não consegue dormir porque seu filho a chama várias vezes

à noite:

— As vezes eu o levo para a cama conosco para ele mamar quando quiser, é a única maneira que me permite dormir. Mas, claro, o pai diz que assim não dá, que ele é quem vai acabar saindo da cama.

— E quantos anos tem o seu marido?

— Trinta e dois, por quê?

— Porque ele já é bem grandinho para dormir sozinho. Se com 30 anos ele precisa dormir acompanhado, o que ele espera de um menino de três anos?

É claro que quando eu digo essas coisas estou brincando. Não é preciso que o pai vá embora, os três podem ficar juntos. Só espero que as pessoas percebam que as necessidades afetivas de uma criança são, no mínimo, tão importantes quanto as de um adulto. As crianças são generosas e compreensivas: se podem dormir com a mamãe não costumam ter nenhuma objeção a que o pai também fique junto. Por isso me surpreendeu saber que Skinner[34] propôs seriamente que o pai vá para outro quarto. E não precisamente para dar espaço ao filho. Não, os dois devem ir:

Bom, por exemplo, a conveniência de quartos separados para marido e mulher. Não é obrigatório, mas quando se pratica, a longo prazo conservam-se relações conjugais mais satisfatórias do que se o casal utiliza um quarto comum.

É assim que estão as coisas. Começam tirando o bebê do quarto e acabam tirando o pai também. Reconsidere, amigo leitor, e decida de que lado lhe convém mais estar. Quando propuserem colocar o bebê para dormir sozinho, pergunte-se quem será o próximo.

Falando do bom de Édipo, várias vezes ouvi uma teoria ainda mais curiosa: alguns médicos e até mesmo alguns psicólogos dizem às mães que se dormirem com seu filho “provocarão nele um complexo de Édipo”. Isso já é uma pérola da psicologia-ficção. Para aquelas linhas de psicologia que acreditam na existência do complexo de Édipo (e muitas delas não acreditam), tal complexo é uma fase normal do desenvolvimento. Ele não é provocado pela mãe com suas ações, pois aparece espontaneamente, nem é ruim que apareça, porque é normal.

QUANDO ELE SERÁ INDEPENDENTE?

A independência é um dos grandes temas da puericultura moderna. Todos nós queremos filhos independentes! Que acordem e durmam quando lhes der na telha, que só façam os deveres se tiverem vontade, que decidam sozinhos se querem ir à escola, que vistam a roupa que mais gostarem e comam o que quiserem…

Ah, não! Não esse tipo de independência. Queremos que nossos filhos sejam independentes, mas que façam exatamente o que mandarmos. Ou melhor, que adivinhem nossos pensamentos e façam o que quisermos sem necessidade de dizer-lhes nada. Assim, todos verão que somos pais muito bons e lhes damos muita liberdade, que nem sequer damos ordens. Muitos pais se rebelaram algum dia (ou tiveram vontade) contra a educação excessivamente rígida que receberam. Prometeram a si mesmos que dariam mais liberdade aos seus filhos. E agora se encontram com a grande surpresa de que seus filhos, ao ter liberdade, fazem o que querem! Mas é claro, o que pensavam que eles fariam?

Na verdade, o que muitos pensam quando dizem “quero que meu filho seja independente” é “quero que ele durma sozinho e sem me chamar, que coma sozinho e muito, que

brinque sozinho e sem fazer barulho, que não me incomode, que quando eu sair e deixá-lo com outra pessoa ele fique igualmente feliz”.

Mas esse não é um objetivo razoável para uma criança, nem para um adulto. O ser humano é um animal social e, portanto, nossa independência não consiste em vivermos sozinhos em uma ilha deserta, mas sim em vivermos em um grupo. Precisamos dos demais, e os demais precisam de nós. Um ser humano adulto deve ser capaz de pedir e obter ajuda dos demais para alcançar seus objetivos, e de dar ajuda aos demais quando pedirem. Mais que independentes, somos interdependentes.

Um mendigo que pede esmola é dependente, depende da boa vontade dos que passam. Poderíamos dizer que um empregado que recebe no fim do mês é dependente, porque não poderia trabalhar sem uma empresa, sem companheiros, sem chefes ou sem subordinados. Mas o consideramos independente porque tem um contrato e um salário. Quando vai receber o salário, sabe quanto pagarão e tem o direito de exigilo.

Se uma criança grita “papai!” e o papai vem, ela ê independente. Se o papai não vem porque não tem vontade, a criança depende de que ele tenha vontade ou não. Quando você dá atenção, está ensinando o seu filho a ser independente. Depois de uma separação (uma doença, o trabalho da mãe, o começo da escolinha) a criança fica mais dependente, precisa de mais mimos, mais contato, não quer separar-se nem um minuto. Se ela ganha esse contato que precisa, acabará superando sua insegurança. Se isso é negado a ela, o problema será cada vez maior.

Não é a mesma coisa uma criança que para de chamar a mãe porque já não precisa dela e outra que para de chamá-

la porque sabe que, por mais que a chame, ela nunca responderá.

Seu filho é uma boa pessoa

> *[…]de fato, eu não veria nenhuma utilidade em ter filhos se as pessoas não pudessem confiar neles.*
>
> Charles Dickens, *Nicholas Nickleby*

Muitos especialistas, provavelmente bem intencionados, falam sobre os problemas de comportamento das crianças. Há problemas de alimentação, de sono, ciúme, violência, egoísmo… Todo mundo fala sobre os problemas dos nossos filhos, sobre como detectá-los, como preveni-los ou solucioná-los, sobre como eles nos "manipulam" ou por que é importante ensinar limites. Ninguém nos lembra que nossos filhos são boas pessoas.

E eles são. Eles precisam ser, ferozmente. Nenhuma espécie animal poderia sobreviver se seus indivíduos não nascessem com a capacidade de adquirir o comportamento normal dos adultos e a tendência a fazer isso. Não é preciso muito esforço para ensinar um leão a comer carne ou uma andorinha a voar até a Africa. O difícil, o que requereria métodos educativos completamente aberrantes, seria conseguir um leão vegetariano ou uma andorinha que não emigrasse. A imensa maioria dos recém-nascidos, se forem criados adequadamente (ou seja, com carinho, respeito e contato físico), serão crianças normais e mais tarde adultos normais. O ser humano é um animal social e, portanto, a capacidade para amar e ser amado, respeitar e ser respeitado, ajudar os demais e obter ajuda de outros membros do grupo, compreender e respeitar normas sociais (enfim, ser uma boa pessoa), são aspectos normais da nossa

personalidade. A educação esmerada, a religião ou a lei podem acrescentar outras coisas, mas não são imprescindíveis para formar pessoas boas. Nossos antepassados, sem dúvida, já eram boas pessoas quando moravam em cavernas, da mesrna maneira que as galinhas são boas galinhas sem necessidade de escolas ou polícia.

Vamos, então, revisar algumas das boas qualidades dos nossos filhos.

Seu filho é desinteressado

Laura, de três meses, chora desconsolada. Ela mamou, está com a fralda limpa, não tem frio nem calor, não foi fincada por nenhum alfinete. A mamãe a pega no colo, entoa baixinho umas palavras carinhosas e Laura se acalma imediatamente. A mãe a coloca de novo no berço e ela começa a chorar imediatamente.

— Eh não tem fome, não tem sede, não tem nada - dizem as más línguas —, o que é que ela quer agora?

Ela quer a mãe. Quer você. Não quer pela comida, nem pela roupa, nem pelo calor, nem pelos brinquedos que você comprará mais tarde, nem pelo colégio particular ao qual a levará, nem pelo dinheiro que você deixará de herança. O amor de uma criança é puro, absoluto, desinteressado.

Freud acreditava que as crianças amavam a mãe porque obtêm alimento através dela. É a chamada teoria do impulso secundário (a mãe é secundária, o primário é o leite). Bowlby, com sua teoria do apego, defende o contrário: que a necessidade da mãe é independente da necessidade de alimento, e é provavelmente maior.

Por que você não desfruta, como mãe, dessa maravilhosa sensação de receber um amor absoluto? Você se sentiria melhor se a sua filha só a chamasse quando tivesse fome, sede ou frio, e não lhe desse a menor bola quando estivesse satisfeita? Ninguém negaria comida a uma criança que chora de fome. Ninguém deixaria de agasalhar uma criança que chora de frio. Você deixaria de pegar no colo uma criança que chora porque precisa de carinho?

Seu filho é generoso

Não faz muito tempo, uma mãe preocupada me perguntava quando sua filha de um ano e meio pararia de ser tão egoísta, quando ela aprenderia a dividir.

Por que será que alguns pais e educadores são tão obcecados em ensinar as crianças a dividir? De que vai servir a unia criança aprendo uma coisa dessas? Nós, adultos, não dividimos quase nada.

Um exemplo: Isabel, que não tem nem dois aninhos, brinca no parque com seu balde, sua pazinha e sua bola, sob o olhar atento e carinhoso da mamãe. Claro, como ela não é capaz de segurar tudo, nesse momento só tem a pazinha em sua posse, e o balde e a bola jazem a uma certa distância. Uma criança desconhecida, mais ou menos do mesmo tamanho, aproxima-se, senta-se ao lado de Isabel e sem dizer nem uma palavra agarra a bola. Isabel já não dava nenhuma atenção à bola há dez minutos, e a princípio continua tranquila batendo no chão com a pá. Tranquila? Um observador atento terá notado que as batidas são um pouco mais fortes e que Isabel vigia a bola pelo canto do olho. O recém-chegado, por sua vez, parece plenamente consciente de que está pisando em um terreno perigoso. Afasta a bola, observa o efeito, volta a trazê-la mais perto… Para que não haja espaço para mal-entendidos, Isabel

adverte: “É minha!”, e logo se vê obrigada a ser mais específica: “Bola é minha!”. O intruso, que aparentemente ainda não domina as frases de três palavras (ou talvez simplesmente prefira não comprometer-se), limita-se a repetir “Bola, boooooola, bo-la!”. Com receio de que essas palavras possam equivaler a uma reivindicação de propriedade, Isabel decide recuperar a plena posse de sua bolinha verde. O intruso não oferece muita resistência, mas em um descuido consegue agarrar o balde. Isabel brinca por uns minutos, satisfeita com a bola recém-recuperada, mas logo parece inquieta. E o balde? Mas onde é que vamos parar?

E assim podemos passar a tarde. Algumas vezes Isabel cederá de boa vontade, durante alguns minutos, o desfrute de alguma de suas posses. Outras vezes ela o tolerará de má vontade. Outras não tolerará de forma alguma. As vezes ela mesma oferecerá à criança sua própria pá em troca do seu próprio balde. Pode haver umas crises de choro e gritos de ambos os lados, mas, de qualquer maneira, é provável que seu novo “amigo” consiga bastantes minutos de brincadeira relativamente pacíficos.

É muito possível também que ambas as mães intervenham. E aqui produz-se um fato que nunca para de me surpreender: em vez de defender o filhote como uma leoa, cada mãe fica do lado da outra criança. “Vamos, Isabel, empresta a pá pra esse menino.” “Vamos. Pedrinho, devolve a pá pra essa menina.” Na melhor das hipóteses, a coisa acabará em suaves conselhos. Mas não são raras as vezes em que as mães disputam em uma louca competição de generosidade (como é fácil ser generoso com a pá do outro!): “Já chega, lsabel.se você continuar se comportando assim a mamãe vai ficar brava!” “Pedrinho, peça desculpas agora ou nós vamos embora!” “Pode deixar, moça, deixa ela brincar com a pá! Essa menina é uma egoísta…”“Ui, mas o

meu é um horror. Tenho que ficar atrás o dia inteiro porque ele sempre está amolando as outras crianças e pegando as coisas dos outros…” E assim os dois acabam castigados, como pequenos países em conflito, que poderiam ter chegado facilmente a um acordo amistoso se duas superpotências não tivessem intervindo.

Cenas como essa, mil vezes repetidas, fazem com que consideremos nossos filhos egoístas. Nós dividiriamos uma pá de plástico e uma bola de borracha sem hesitar. Mas realmente somos mais generosos que eles, ou é porque não ligamos para brinquedos?

É preciso colocar as coisas em perspectiva. Imagine que é você quem está sentada em um banco de um parque escutando música. Ao seu lado, sobre o banco, está a sua bolsa em cima de um jornal dobrado. Então vem um desconhecido, senta-se ao seu lado e sem dizer uma palavra começa a ler o seu jornal. Pouco depois ele larga o jornal (aberto e jogado no chão!), abre a sua bolsa e olha dentro dela… Você saberia compartilhar? Quanto tempo você demoraria para dizer algumas verdades ao desconhecido ou para agarrar a bolsa e sair correndo? Se você visse um policial passando não o chamaria? Imagine agora que o policial se aproxima e diz:

— Tudo bem, empreste a bolsa a este senhor ou eu ficarei bravo. O senhor me desculpe, cavalheiro, é porque essa mulher ainda não sabe compartilhar… O senhor gosta de telefones celulares? Pode ligar, ligue pra onde quiser… Você, fique calada, mulher, se continuar protestando você vai ver!

Nossa disposição para compartilhar depende de três fatores: o que emprestamos, a quem e por quanto tempo. Podemos emprestar um livro a um colega de trabalho por semanas, mas nos incomoda que um desconhecido pegue o nosso

jornal sem pedir permissão. Somente em prestaríamos nosso carro a um amigo íntimo ou a um parente. Uma criança pequena tem poucas posses, e um balde, uma pá e uma bola são tão importantes para ela como são para nós uma bolsa, um computador ou uma moto. O tempo parece longo e emprestar um brinquedo por uns minutos é tão difícil para ela quanto é para o seu pai emprestar o carro por alguns dias. E ela também distingue entre amigos e desconhecidos, embora não notemos. Por exemplo, qual dessas duas frases a mãe de Isabel usaria para resumir as histórias contadas acima? a) Enquanto Isabel estava brincando na areia com um amiguinho, um desconhecido pegou meu jornal e quase levou a minha bolsa, que susto! b) Enquanto eu brincava com um amigo de mexer na minha bolsa, um desconhecido tentou pegar a bola da Isabel, que susto!

Claro, do ponto de vista de um adulto qualquer criança de dois anos, indefesa e inocente, é um “amiguinho”. Mas quando você tem menos de um metro, uma criança de dois anos é um desconhecido, e pode até mesmo ser um “indivíduo com intenções suspeitas”.

Um exemplo final: Henrique, de 25 anos, não sabendo como acalmar o choro de seu filho Quique, de oito meses, usa as chaves do carro como chocalho. Quique agarra as chaves, mexe nelas, olha para elas e volta a mexer. Uma menina de uns seis anos se aproxima e faz umas gracinhas: “Ai, que bonitinho. Como ele se chama? Quantos meses ele tem? (é uma dessas meninas precoces). Meu primo Antônio também tem oito meses, hoje não veio porque está com otite”. “Ooooi, Quiiique! Que chaves mais lindas. Dá elas pra mim? Toma, eu troco as chaves pela bola.” O pai de Henrique está fascinado com a nova amiguinha do seu filho, até que a menina sai correndo com as chaves, deixando a bola como pagamento justo. Quantos décimos de segundo você acha que Henrique vai demorar para sair atrás da menina para

recuperar as chaves? Quique as compartilhou, mas seu pai não está disposto a isso.

Em comparação, nossos filhos são muito mais generosos que nós.

Seu filho é equânime

Se não chorasse agora, merecería chorar eternamente.

Torquato Tasso, Jerusalém libertada

Ou seja, tende a manter um estado de ânimo estável. Em palavras mais simples, seu filho não é nada chorão.

Como não, se ele passa o dia chorando? As crianças pequenas, é verdade, choram com mais frequência que os adultos e por isso costumamos dizer que elas são choronas.

E se acontece que elas simplesmente têm mais motivos para chorar? “Mas elas choram sem motivo”, você dirá. “Choram por qualquer bobagem.”

Choram, de acordo com a idade, porque derrubam uma torre de peças de construção, porque não compramos um sorvete que elas pedem, porque as levamos ao médico, porque saímos por cinco minutos, porque não encontram o peito imediatamente, porque trocamos a sua fralda, porque secamos o seu cabelo… Nenhum adulto choraria por essas coisas, é claro.

E por que você choraria? Faça um experimento: coloque seu filho de um ou dois anos no colo e diga-lhe as coisas mais tristes que você puder imaginar: “A Receita Federal vai te inspecionar”, “Você foi despedido do trabalho”, “Estão aparecendo umas rugas horríveis nos seus olhos”, “Seu time de futebol caiu para a segunda divisão”… Ele não vai chorar.

As coisas que fazem crianças e adultos chorar são totalmente diferentes.

Entre as coisas que fazem uma criança pequena chorar com mais frequência estão:

- Separar-se da mãe por dois minutos.
- Tentar fazer alguma coisa e não conseguir.
- Notar alguma coisa estranha e não saber o que é.
- Precisar de alguma coisa e não saber como consegui-la.

Todas elas são coisas, para a sua infelicidade, que podem acontecer (e acontecem) várias vezes por dia. Por outro lado, as coisas que fazem os adultos chorar só acontecem de vez em quando. Por isso parece que somos menos chorões, mas isso não é verdade. Se nosso time de futebol caísse para a segunda divisão várias vezes por dia e nos despedissem do trabalho todos os dias, se todos os dias morressem vários dos nossos melhores amigos, também passaríamos o dia chorando.

Seu filho sabe perdoar

Emília e seu filho Oscar, de seis anos, tiveram uma grave diferença de opiniões. Para não ficarmos perdidos em detalhes, vamos dizer simplesmente que Emília era partidária de que Oscar tomasse banho, enquanto este último se sentia muito limpo. Houve gritos, choros, insultos e ameaças. Uma testemunha imparcial reconheceria que a maior parte do choro veio de uma das partes em conflito, e a maior parte dos insultos e ameaças da outra.

Isso foi há uma hora. Qual dessas pessoas você acha que agora está feliz e contente, e continua com suas ocupações

como se nada tivesse acontecido, mostrando-se até alegre e bajuladora. E qual, por outro lado, é mais provável que estará ainda mais brava, repreendendo e resmungando? “Olha, mamãe, olha o que eu sei fazer.” “Não, a mamãe não vai rir.” “Nós vamos ao zoológico no domingo?” “Você acha que está merecendo? Acha que se comportou bem?”

Arturo, o pai, volta agora do trabalho. Qual das seguintes frases você acha que ele vai ouvir? a) “A mamãe esteve terrível essa tarde, você não imagina a cena que ela fez. Você tem que falar com ela.” b) “Esse menino esteve muito impertinente a tarde toda, ele não me ouve. Você tem que falar com ele.”

Nossos filhos nos perdoam, todos os dias, dezenas de vezes. Perdoam sem fazer jogos, sem reservas, sem repreensões, até esquecer completamente do ocorrido. A raiva deles passa muito antes da nossa.

Seu filho é valente

Imagine que você está na fila do banco quando entram uns sujeitos armados com a cara tapada. Se dizem pra você deitar no chão, você não deita? Se mandam você se calar, você não se cala? Se mandam você ficar quieta, você não fica como uma estátua? Você acha que uma criança de dois anos teria obedecido? Impossível. Nenhuma força, nenhuma ameaça, nem mesmo uma arma apontada para ela poderia fazer com que uma criança de dois anos fique quieta por meia hora, pare de pedir pra fazer xixi ou pare de chorar no meio de uma birra. Admire o seu valor em vez de reclamar da sua “obstinação”.

Seu filho é diplomático

Pedro e Antônio, dois amigos de cinco anos, brincam no parque enquanto seus pais conversam em um banco. Nisso chega o Luís, outro menino da sala deles, com sua mamãe. Luís não esconde sua felicidade com o triciclo que acaba de ganhar no seu aniversário!

Três crianças e um único triciclo. Quem pode estranhar que surja um conflito, quando já vimos milhares de pessoas morrerem por coisas muito mais feias, como um poço de petróleo ou uma mina de diamantes?

Pedro e Antônio, como todos os que não têm muitas posses, são de esquerda e consideram que a riqueza deve ser repartida entre os companheiros. Luís, como todos os novos-ricos, virou de direita e acha que o que é de cada um é de cada um. Há um mal-entendido e uma pequena luta. Pedro (que é um pouco maior) agarra o triciclo com violência e Luís cai no chão, chorando desconsolado.

A cena já está montada! A mãe de Luís o repreende porque ele não empresta seus brinquedos e para que não choramingue tanto. Ela o repreende, deve-se admitir, um pouco pelo “que os outros vão dizer”, já que no fundo ela pensa que foi o outro que começou, e como são baderneiros esses amigos do seu filho. O pai do Pedro está muito ner voso. É consciente de que foi o seu filho quem começou a “agressão” e provavelmente se vê obrigado pelo mesmo “o que os outros vão dizer” a exagerar a reação. Xinga o filho, grita, o angustia com perguntas retóricas,“mas no que é que você está pensando?”, dessas que deixam o menino totalmente desarmado (pois sabemos que se ele não disser nada voltarão a perguntar:“Fala pra mim, você acha bonito empurrar as pessoas?”, mas se ele disser alguma coisa será pior:“Não me responda!”). O discurso adquire tais proporções que Luís já parou de chorar e observa, mais assustado que satisfeito, enquanto Pedro começa a chorar

pro outro lado e Antônio contempla a cena estupefato. Finalmente, Antônio parece ter uma ideia. Chama a atenção de Luís e o faz rir com sua melhor imitação de um personagem da televisão. Quando o gelo já foi quebrado, ele propõe uma corrida. “Até a fonte”, Luís aceita. “Vamos, Pedro, quem chegar por último é mulher do padre!”, e saem os três disparados.

Que fina manobra! Antônio inventou uma estratégia elaborada para resolver a situação e Luís, apesar de ser a parte ofendida, compreendeu imediatamente e o imitou para livrar o amigo da fúria paterna. Os três já brincam em perfeita harmonia, o incidente está esquecido e o triciclo abandonado perto dos pais, que ainda estão bravos. Pode até ser que a mãe de Luís exclame: “É para isso que você me faz descer para a rua com o triciclo? É assim, agora você vai brincar de outra coisa e o triciclo fica aqui abandonado!”. O pai de Antônio não diz nada, mas está muito orgulhoso do filho.

Seu filho é sincero

E como nos incomoda a sua sinceridade! Inventamos palavras ofensivas e humilhantes para qualificá-lo cada vez que ele diz o que pensa: “Por que esse senhor é negro?” (Não seja impertinente!) “Quero chocolate!” (Não seja chato!) “Olha que mulher gorda!” (Não seja grosseiro!) “Eu não gosto de ervilhas!” (Não seja fresco!) “Para que tenho que tomar banho? Não estou sujo!” (Não seja respondão!”). Quando aprenderão essas úteis virtudes do adulto: a dissimulação, a astúcia, o engano…? Talvez quando perceberem que se safam de muitos xingamentos se mentirem ou se calarem verdades.

O professor precisa sair da sala um momento e ordena a Carlos, de sete anos, que na sua posição de melhor aluno

fique vigiando a classe. A nobre tarefa do vigilante consiste em passar entre as carteiras com os braços cruzados, chamando a atenção dos os meninos que conversam. Um deles se levanta sem motivo. Carlos, no exercício de suas funções, ordena que ele se sente, e o outro não quer sentar. Carlos avança com os braços cruzados em direção ao infrator, com uma vaga ideia de devolvê-lo sua carteira à força. Eles se empurram mutuamente com os braços cruzados, soltam uma risada, e toda a classe começa a rir.

No melhor da diversão o professor volta, muito bravo. Carlos tenta explicar, mas o professor não quer explicações. Ele apenas faz uma pergunta, em tom de ameaça:

—Você acha que uma pessoa pode rir enquanto vigia?

Sim - responde Carlos, e recebe um sonoro tabefe. O professor pergunta mais um vez, gritando:

—Você acha que uma pessoa pode rir enquanto vigia?

Dessa vez Carlos espera uns instantes antes de responder. Está assustado, paralisado pelo terror. Tenta compreender o motivo, o que ele fez de errado para merecer esse tratamento. Porque ele não apanhou por brincar na sala, mas por ter respondido a uma pergunta. E ele respondeu corretamente: disse a verdade. Evidentemente, o professor quer que ele responda “não”. Ele pode responder “não” e se safar? Carlos tenta justificar para si próprio esse “não”, procura desesperadamente um motivo para mudar a sua resposta. Não a encontra. Se a pergunta tivesse sido “é permitido rir enquanto uma pessoa vigia?”, ele poderia ter respondido “não” imediatamente (ele não sabia que não era permitido, mas agora já sabe: a raiva do professor mostra bem claramente que é proibido). Mas a pergunta foi:“Você acha que uma pessoa pode…?”.“Sim”, pensa Carlos, “Eu

acho que sim. Isso é o que eu acho, essa é a verdade, eu não posso responder outra coisa.” Ele não quer ser um herói, não quer desafiar o professor, só quer dizer a verdade, e entre soluços volta a dizer: “Sim!”

O professor lhe dá uma bofetada ainda mais forte e, com os olhos soltando faíscas, o rosto em chamas e um tom terrivelmente ameaçador, repite a fatídica pergunta:

—Você acha que uma pessoa pode rir enquanto vigia?

Quantas bofetadas um menino de sete anos pode suportar? Carlos vacila, pensa em dizer que sim, tem medo. Fazendo um esforço, inspira profundamente, contém os soluços, pronuncia um “não” lastimoso e desaba a chorar amargamente.

Essa cena aconteceu há mais de 40 anos, e Carlos, vocês adivinharam, era eu. Não me lembro da dor dos tabefes, não me lembro da humilhação. Só me lembro do assombro, o estupor, o desconcerto e… Acima de tudo a raiva, e a impotência por ter sido obrigado a falar uma mentira

Seu filho é sociável

Observe com que facilidade seu filho começa a brincar com qualquer outra criança. Ele não se importa com a classe social, a raça nem a forma de vestir. Você nunca escutará seu filho pequeno fazendo declarações racistas (“estou cansado desses negros, eles vêm das favelas e pegam os nossos escorregadores”).

Mesmo que os pais se recusem a cumprimentar-se por velhas desavenças, as crianças se falam sem preconceitos. Não faz muito tempo que era comum tentar limitar essa sociabilidade das crianças (“não gosto que você fique

brincando com Fulaninho, ele não é bom *não é como nós* não tem a ver com você / é uma má companhia”).

Seu filho é compreensivo

Acabo de fazer um pequeno experimento. Procurei na Internet a frase “as crianças são cruéis” e a encontrei em 40 páginas. A frase “as crianças são carinhosas” só aparece em uma entre as milhões de páginas na Internet. “As crianças são compreensivas”, em nenhuma. (Atualização: escrevi o trecho anterior no final de 2002. Na Internet fala-se cada vez mais de crianças, mas não com termos melhores. Em abril de 2006 a frase “as crianças são cruéis” já aparece em 330 páginas da Internet. “As crianças são carinhosas”, em 24, “as crianças são compreensivas”, em cinco. A frase mais óbvia “as crianças são boas”, aparece 262 vezes, mas não serve para a estatística porque com frequência esse “boas” qualifica uma palavra que vem depois. Dos primeiros dez resultados no Google, em dois a frase completa é: “As crianças são bom soldados porque são obedientes, não questionam as ordem e são nuts facets de manipular do que os soldados adultos”. Dá calafrios.) As crianças são acusadas de abusar dos mais fracos, colocar apelidos e rir dos que têm algum defeito, Porém, esses comportamentos constituem a exceção, e não a regra. É verdade que. pela falta de experiência social, as crianças podem fazer perguntas atrapalhadas ou olhar insistentemente para uma pessoa com um defeito físico. Mas também são capazes de tratar com a maior naturalidade qualquer colega e aceitá-lo do jeito que ele é, sem preocupar-se com seu aspecto. Conheço uma família com vários filhos, o mais velho dos quais tem um atraso mental profundo. Não anda nem fala. Durante um tempo, pegou o mau hábito de puxar com força o cabelo de qualquer pessoa, criança ou adulto, que estivesse ao seu alcance. Seus irmãos mais novos entendiam perfeitamente que ele não era responsável pelos seus atos e

demonstravam uma tolerância extraordinária. Se no meio de suas correrias passavam perto demais do irmão e ficavam presos, limitavam-se a ficar muito quietos, com uma evidente expressão de dor. e a chamar suavemente algum adulto para que viesse soltá-los. Obviamente se qualquer outra pessoa puxasse o cabelo deles, responderíam com a contundência adequada.

Diversos pesquisadores comprovaram que as crianças menores de três anos costumam mostrar empatia, ou seja, preocupação com o sofrimento alheio. Quando um colega chora, é frequente que tentem consolá-lo.

Bowlby[31] cita um estudo no qual o comportamento de 20 crianças de um a três anos foi cuidadosamente observado em uma escolinha. Dez delas tinham sofrido abusos e as outras dez vinham de famílias com problemas, mas não tinham sofrido abusos. As crianças que tinham sido maltratadas brigavam duas vezes mais que as outras e, além disso, mostravam três comportamentos que não foram observados em nenhuma das crianças não maltratadas: agredir um adulto, agredir outra criança sem nenhum motivo nem provocação, aparentemente só para incomodar, e gritar ou bater em outras crianças que choravam, em vez de tentar consolá-las.

As crianças criadas com carinho e respeito são carinhosas e respeitosas. Não o tempo inteiro, é claro, mas sim na maior parte do tempo, Essa é a tendência natural delas, já que no ser humano a cooperação com outros membros do grupo é tão natural quanto andar ou falar. Para conseguir que as crianças fiquem agressivas, temos que empurrá-las de alguma maneira, desviá-las do caminho normal. As crianças “educadas” a gritos gritam. As crianças “educadas” a bofetadas batem.

CAPITULO TRES

TEORIAS DAS QUAIS DISCORDO

Na primeira parte deste livro tentei explicar as necessidades das crianças pequenas e os motivos do seu comportamento. Mas ainda temo que, como eu explicava no começo, alguns pais leiam meu livro e leiam outros que dizem o contrário e tentem aplicar uma mistura de tudo, pensando que no fundo dizemos o mesmo.

Por isso, a seguir revisarei algumas teorias com as quais não estou de acordo.

A Puericultura fascista

No livro No princípio era a educação,[35] Alice Miller revisa as recomendações dos pedagogos alemães dos séculos XVIII e XIX, uma corrente que foi denominada “pedagogia negra”. Miller mostra que o objetivo final e não declarado de tais métodos era formar súditos obedientes, e que aquele sistema de “educação” permite explicar o sucesso do nazismo na Alemanha entre cidadãos dispostos a obedecer cegamente qualquer figura de autoridade, ainda que suas ordens fossem cruéis, absurdas ou imorais. O livro de Miller (como todos os da autora) é uma leitura muito recomendável. Citaremos a seguir alguns trechos daqueles especialistas do passado, e o leitor poderá compará-los com os atuais e ver o quanto já avançamos.

Não se pode tentar usar a razão com crianças pequenas, e por isso a teimosia deve ser eliminada de forma mecânica. […] Mas se os pais têm a sorte de neutralizar a teimosia desde o primeiro momento através de repreensões severas e aplicando golpes com uma vara, obterão crianças obedientes, dóceis e boas, às quais depois poderão oferecer uma boa educação. (J. Sulzer, 1748, citado por Miller.)

É perfeitamente natural que a alma infantil queira conseguir tudo o que deseja e, se as coisas não forem feitas devidamente nos primeiros dois anos, mais tarde será difícil alcançar o objetivo. Esses dois primeiros anos apresentam, entre outras, a vantagem de que podemos empregar a violência e a coação. Com o tempo, as crianças esquecem-se de tudo o que aconteceu na primeira infância. Se nessa etapa podemos despojá-los de sua vontade, nunca mais voltarão a lembrar que tiveram uma e, justamente por isso, a severidade que for necessário aplicar não terá nenhuma consequência grave. (J. Sulzer, 1748, citado por Miller.)

Outra regra muito importante pelas suas consequências é a de que inclusive os desejos permissíveis da criança somente deveriam ser satisfeitos se ela mesma encontra-se em um estado de ânimo de amável inocuidade ou pelo menos tranquilo, mas nunca se ela grita ou mostra-se intratável. […] não se deve dar à criança a mais ligeira suspeita de que ela pode conseguir alguma coisa à sua volta gritando e comportando-se incorretamente. […] O aprendizado descrito acima dará à criança uma notável vantagem na arte de esperar e a preparará para outra, ainda mais importante, no futuro: a arte de renunciar. (1). G. M. Schreber, 1858, citado por Miller.)

Entre os enredos próprios de uma filantropia mal compreendida está também a ideia de que para obedecer com boa vontade devem compreender a fundo os motivos da ordem, e de que toda obediência cega atenta contra a dignidade humana. (L. Kellner, 1852, citado por Miller.)

Uma pedagogia realmente cristã, que aceite a pessoa não como ela deveria ser, mas como ela é, não poderá, em princípio, renunciar a nenhum tipo de castigo corporal, já que este é justamente o castigo mais apropriado para certos delitos: humilha e transtorna, demonstra a necessidade de submeter-se a uma ordem superior e revela ao mesmo tempo toda a energia do amor paternal. (K. A. Schmid, 1887, citado por Miller.)

Nascidas em regimes políticos absolutistas e déspotas, essas teorias levam para o seio da família o modelo repressor do Estado e convertem o pai em polícia, juiz e algoz (e a mãe em um simples subordinado). Quando a teoria é admitida como “verdade científica”, ela é revestida por uma falsa respeitabilidade. A ciência, supõe-se, não tem ideologia, é neutra e objetiva. Pessoas que jamais aceitariam um Estado repressor aceitam agora uma pedagogia repressora. Em

1945, os doutores Koller, diretor do Hospital de Mulheres da Basiléia, e Willi, chefe do Asilo Infantil de Zurique, expressavam-se em termos muito parecidos. Seu livro[36] teve pelo menos seis edições na Suíça em 1945:

A psique da criança pequena é tão simples, tão inocente e tão fácil de dirigir que quase não tropeçamos em dificuldades. Como um relógio, ela reage às mamadas prescritas, anuncia-se pontualmente, demonstra-se contente com a quantidade de alimentos, está tranquila entre as mamadas e dorme a noite toda. A mãe sente-se orgulhosa e feliz por ter um filho tão ajuizado. […] Alguns lactentes não se conformam com as horas das mamadas, querem mamar mais do que o prescrito ou torturam a mãe todas as noites com gritos durante horas a fio. […] Se ela [a mãe], já durante as primeiras semanas, corresponde a qualquer manifestação de mal-estar ou de mau-humor, em breve será escrava da criança e sofrerá muito. Temos que tirá-la do erro a tempo, mais tarde será muito mais difícil. Representa um erro tirar o bebê da cama porque ele chora à noite ou entre as mamadas. É igualmente equivocado pegá-lo no colo ou dar a ele mais alimento. Se tudo estiver normal [depois da visita ao médico], deixa-se o bebê gritar. As vezes, ele se conforma depois de poucos dias com a ordem prescrita, mas também podem passar semanas. Sem preocupação, ele é colocado sozinho em um quarto onde se escutem os gritos o mínimo possível. Os bebês maiores com frequência tentam seduzir a mãe com o choro. Gritam furiosamente quando ela sai do quarto ou recusam-se a berros a receber o alimento de outra pessoa que não seja ela. Já desde o princípio temos que estar atentos para não levar esses gritos a sério.

Curiosamente, é um autor espanhol o que defende de forma mais explícita a puericultura como forma de doutrinamento político. Trata-se de Rafael Ramos, catedrático de Pediatria em Barcelona depois da Guerra Civil e do triunfo franquista.

Em sua obra,[37] de 1941, ele não esconde suas simpatias políticas:

E o Estado verdadeiro é o que busca a felicidade dos seus súditos, mesmo que para isso ele tenha que se impor às vezes pela força, ser duro, rigoroso.

É claro que é melhor que o súdito seja criado obediente desde o princípio e assim o Estado não terá que usar a força:

A criança, em todos os momentos e desde o primeiro dia de sua vida, deve saber que há alguém superior que cuidará dela, não apenas oferecendo alimentos, calor etc., mas que também vai frear os seus instintos: a mãe [...]. a) Desde que a criança nasce, deve-se colocá-la no berço e ela só deve ser levada à cama da mãe para mamar. Se ela chora, não lhe pegarão no colo nem a embalarão, mas a limparão se estiver suja, a colocarão no peito se tiver chegado a hora de mamar, lhe darão calor se tiver frio [...] ou se chorar simplesmente porque tem necessidade de chorai, mas sem necessidade de nenhum auxílio, deve-se deixar com total tranquilidade que ela continue chorando [...]. A experiência reunida de tantas mães garante, se a razão científica não fosse suficiente, que um bebê recém-nascido chora durante dez, 12, 15 dias, mas que se tiverem observado essa rigorosa atitude de não pegá-lo, nem sossegá-lo, nem oferecer a chupeta, passado esse período, convencido da ineficácia dos seus protestos, ele vai diminuindo a intensidade do choro. [...] b) O peito não será oferecido cada vez que ele chorar, mas sim quando for a hora certa e de uma maneira sistemática [...]. A mãe também costuma reclamar da pontualidade que a alimentação do seu filho exige, mas que insignificante isso fica comparado com o tempo e a escravidão prolongada que ela teria que viver se por um desleixo da sua parte o pequeno contraísse qualquer transtorno ou doença! c) Sem ceder aos seus caprichos, quando o bebê começa a entender

- o que, ainda que ele não manifeste, é mais cedo do que se costuma pensar - deve-se demonstrar a ele que essa atitude severa é para o seu bem.

E assim, pouco a pouco, deposita-se na consciência da criança um germe de valor incalculável que a mãe vai fazendo crescer. O filho sabe que há alguém a quem ele é subordinado, que cuida dele, o comanda e o castiga, apesar de não ter outro objetivo que não seja a sua felicidade. Para essa criança, que mais tarde será um homem, como será fácil obedecer a qualquer outra autoridade-superioridade! Mas se esse homem não foi educado assim desde o berço, ele se rebelará diante da menor contrariedade, enfrentando seu professor, seu chefe, o policial, o Estado que o governa…

Observamos aqui os principais fundamentos filosóficos que se opõem aos comportamentos de afeto entre mãe e filho:

• A maldade intrínseca do recém-nascido: um ser caprichoso que abusa de quem cuida dele e exige coisas das quais não precisa só para amolar. Somente através de uma educação fortemente repressiva ele chegará a adquirir os valores morais do adulto. Isso entra em choque direto com a antiga ideia cristã da criança inocente, sem uso da razão, que não precisa confessar antes dos sete anos porque é incapaz de pecar.

• A criança que “precisa chorar”. O choro não é reconhecido como um sintoma de sofrimento, mas é considerado uma atividade normal e inócua da criança, quando não decididamente malévola.

• A exigência da abnegação materna. Embora às vezes tenha-se invocado o direito da mãe de descansar para justificar essas rígidas regras de criação, apresento aqui uma versão oposta e mais de acordo com a realidade: a mãe

tende a pegar o filho e responder ao seu choro, e por isso facilmente o estraga por simples “indolência”. Seguir as regras e horários, por outro lado, é difícil e a mãe reclama disso, mas deve sacrificar-se para não causar doenças no filho.

• É para o seu bem. O tratamento mais rígido é justificado não pelo bem-estar da mãe, mas pelo do próprio filho.

Ao mesmo tempo, mostram-se alguns dos métodos tradicionalmente empregados para impor essas teorias entre as mães:

• A autoridade científica (quando, na verdade, não existe base científica de nenhum tipo e trata-se de opiniões pessoais).

• A ameaça e a culpa: a criança adoecerá se as regras não forem seguidas

Esse trabalho também mostra claramente as implicações políticas da puericultura: a submissão absoluta da criança é apenas uma preparação para a submissão do adulto.

Lamentavelmente, essas teorias pedagógicas não desapareceram com a ditadura que as justificava. Autores que sem dúvida já não estão de acordo com as ideias políticas do dr. Kamos continuam defendendo suas ideias pedagógicas. Cinquenta anos depois, voltamos a encontrar o mito da criança manipuladora e astuta:

Se depois que esta [a causa] for corrigida a criança continuar chorando, deve-se ter muita paciência e deixá-la chorar. Quando a criança se convencer de que ninguém lhe dá atenção, se calará. Se não fizerem assim, até mesmo o bebê mais novinho logo perceberá o seu próprio poder e repetirá a cena, fatalmente dando lugar ao começo de uma

má educação. A criança de peito é mais esperta do que as pessoas acreditam. (Ramos, 1941)

[…] Joãozinho é um ser inteligente, muito inteligente, e não vai se submeter à nossa vontade de primeira. Além de pedir água, dizer dodói…, truques dos quais já falamos, pode ser que vomite. Não se assustem, não há nada de errado com ele: as crianças sabem provocar o vômito com enorme facilidade. (Estivill, 1995.)[15]

E o mito da mãe abnegada e a imposição das regras aos pais através de ameaças e culpa:

É claro que criar e educar bem uma criança implica sacrifício, toma muitas horas da mãe, mas a saúde e a alegria dessa criança muito em breve recompensam grandemente o esforço. Não fazer assim, deixando-se amolecer pelo bendito choro, é não amar o pequeno e fazer dele um infeliz. (Ramos, 1941.)

Meu filho vai dormir depois das onze da noite, porque meu marido costuma chegar a essa hora e quer ver o pequeno. Estamos fazendo errado?

[Resposta] Desfrutar da criança sem levar em consideração suas necessidades biológicas é uma atitude bem egoísta […]. Pensem [sic] que, principalmente entre os cinco e sete meses, vocês estão ajudando seu filho a adquirir hábitos corretos de sono e que, se não for assim, isso repercutirá na sua saúde física e mental. (Estivill, 1995.)

A ORDEM

> *Muita diversão, muita expansão ao ar livre… Mas tudo com método, com ordem, com medida.*
>
> Leopoldo Alas, *Clarín, Don Urbano*

A ideia de que as crianças precisam de uma vida ordenada e de rotinas fixas é antiga:

A comida e a bebida, as roupas, o sono e o pequeno mundo familiar das crianças em geral deverão ser regidos por uma ordem e não ser nunca alterados em função da teimosia ou das extravagâncias infantis, a fim de que elas mesmas aprendam a submeter-se às regras da ordem já na primeira infância. […] se as crianças são acostumadas desde muito cedo a uma determinada ordem, mais tarde entenderão que isso é uma coisa perfeitamente natural, pois não notarão que foi imposta a elas de forma artificial. (Sulzer, 1748, citado por Miller.)[35]

Dois séculos mais tarde, outros especialistas continuam defendendo as mesmas ideias, embora apresentem argumentos distintos:

A educação do bebê já começa desde o primeiro dia. Temos que acostumá-lo imediatamente com a ideia de que existe alguém que o dirige. Deve-se seguir uma ordem rigorosa nas horas do sono e das refeições já desde o começo, e não devemos tolerar que ele se imponha a nós com seu choro. Se cedermos, ainda que seja uma única vez, isso ficará gravado na memória do bebê, o qual em seguida tentará impor sua vontade a nós. (Stirnimann, 1947.)[33]

Durante o primeiro ano de vida, a criança evolui de maneira considerável. Para ajudá-la na sua caminhada, os pais e

educadores devem dirigir seus esforços para o objetivo de instaurar bons hábitos. […] No seu primeiro período evolutivo, a criança precisará organizar sua existência ao redor de indicadores externos que marquem o ritmo e a ordem, de acordo com os ritmos biológicos. (Ferrerós, 1999.)[32]

Em 250 anos só mudou a forma de vender o produto. Antes explicavam os verdadeiros motivos: a ordem é uma coisa artificial que os pais impõem para sua própria conveniência, enganando os filhos e submetendo a sua vontade. O objetivo principal é conseguir que a criança se acostume com a obediência e chegue a acreditar que as ordens recebidas são na verdade suas próprias necessidades. Duzentos anos depois, Stirnimann continuava se expressando nos mesmos termos. Agora somos politicamente corretos (que é a maneira politicamente correta de dizer que somos hipócritas), e tenta-se explicar a mesma ordem como uma necessidade da criança, algo que surge dos seus ritmos biológicos. O objetivo principal seria ajudar a criança.

Não é maravilhoso que os educadores da antiguidade, sem o menor respeito pelas crianças, tenham decidido “impor de forma artificial” uma ordem que coincidentemente acabou sendo justamente o que as crianças “precisavam”? E se os ritmos são biológicos (ou seja, são internos e surgem da própria criança), por que eles devem ser “marcados com indicadores externos”?

Sem dúvida, pesquisadores e estudos sérios contribuíram para dar importância às rotinas. Por exemplo, Bowlby[38] cita o estudo de Peck e Havighurst em uma pequena cidade norte-americana nos anos 40 e 50. Observaram cuidadosamente um grupo de crianças durante anos para avaliar como sua personalidade se desenvolvia e como a família influenciava

nisso. Aquelas crianças mais bem avaliadas pelos pesquisadores e também pelos seus próprios colegas na escola, “bem integradas, emocionalmente maduras, com princípios morais firmes e internalizados”, tinham pais que aprovavam decididamente os filhos, confiavam neles e compartilhavam suas atividades. Eram mais indulgentes que severos.

As relações entre os pais eram boas. E aqui está o nosso tema, “o lar é regido por pautas e horários regulares, embora não sejam rígidos demais”.

Mas atenção, naquele estudo apenas quatro crianças tinham sido classificadas como maduras e bem integradas, e uma delas tinha uma família diferente: um “lar de classe baixa muito descuidado, no qual o entrevistador observou poucos sinais de regularidade ou coerência”. O que acontece aqui? Não era a regularidade que produzia adolescentes tão simpáticos e equilibrados. Era o resto: o carinho, a confiança, o contato. A regularidade aparecia em três das quatro famílias por coincidência, porque era uma qualidade valorizada pelas famílias de classe média daquela época. Também poderiam ter dito: “Os pais das crianças bem integradas usam gravata”.

Mas uma família de classe baixa, vivendo na desordem, também pode ter um filho plenamente maduro e equilibrado se oferece a ele carinho e respeito.

Dentro da vida ordenada, o mito das rotinas noturnas merece uma atenção especial. Uma mãe nos contava sobre a sua confusão:

O pediatra nos disse que devemos começar a introduzir uma rotina, mas que não devemos fazê-lo dormir no colo, o que é muito difícil.

O menino prefere dormir no colo do que a rotina, e para os pais também é mais fácil. Por que complicar as coisas? De acordo com o mito, deve-se fazer a criança dormir sempre da mesma maneira, porque se não “ela nunca vai aprender”. Mas a vida não é sempre igual. Como seu filho começa a comer uma alimentação variada? Umas vezes come a papinha com a colherzinha (dada pelos pais ou que ele tenta pegar sozinho). Outras vezes a comida está em pedacinhos, que ele pega com os dedos (e depois de uns meses com um garfo). Pode ser que você segure uma banana ou um gomo de mexerica enquanto ele chupa, e outras vezes será ele quem vai segurar a comida. Uns dias ele comerá sentado na sua cadeirinha, outros dias no colo do papai, algumas vezes mastigará um biscoito ou um pedaço de pão enquanto passeia pela rua no seu carrinho. Ele costuma comer em casa, mas algumas vezes comerá na casa de uns avós ou de outros avós, e cada dia a cadeira será diferente, ou não haverá cadeira, e o prato será diferente, e a comida será feita de outra maneira, e colocarão outro babador nele ou nenhum babador, e uma avó tentará “distraí-lo para que ele coma”, enquanto a outra o deixará à vontade. É até possível que ele coma alguns dias na escolinha. Apesar dessa absoluta falta de rotinas previsíveis, todas as crianças acabam comendo.

Não é necessário comer igual todos os dias nem é preciso ter uma rotina para ir dormir. Mas, se fosse necessário, por que não escolher a rotina com a qual seu filho e você ficam mais felizes? Dormir no colo, com o peito ou com uma cantiga de ninar na cama dos pais também podem ser rotinas, só teriam que fazer igual todos os dias.

A Educação behaviorista

Por essas razões e outras similares, são da opinião que os pais são os últimos a quem se pode confiar

a educação dos próprios filhos.

Jonathan Swift, *As viagens de Gulliver*

O behaviorismo é uma das diversas teorias psicológicas do século passado. Como teoria tem, sem dúvida, seus pontos fortes e suas aplicações, e pode ser útil para tratar alguns pacientes. Não quero agora criticar todo o behaviorismo, mas apenas uma certa forma de aplicar a teoria à criação e educação das crianças.

Um dos pais do behaviorismo foi Skinner, um psicólogo norte-americano que metia ratos de laboratório em umas caixas especiais ("Caixas de Skinner", é claro). A caixa tinha uma alavanca e um buraquinho, e cada vez que o rato apertava a alavanca saía comida pelo buraquinho. Os ratos logo aprendiam a apertar a alavanca para obter comida e a apertavam cada vez mais. A comida era um reforço e o método de aprendizagem chama-se "condicionamento operante". Se a alavanca é desconectada e já não sai comida cada vez que o rato aperta, primeiro ele aperta a alavanca freneticamente, mas depois se cansa e em alguns dias para de apertar completamente. Isso se chama "extinção" de um comportamento por falta de reforço. Se for desejável que o comportamento desapareça ainda mais rápido, pode-se usar um reforço negativo: cada vez que o rato aperta a alavanca leva uma descarga elétrica.

Com sua caixa, seu rato e muita paciência, Skinner aprendeu muitíssimo sobre o comportamento dos ratos enjaulados. Ele nunca estudou os ratos em liberdade. Mas, de qualquer maneira, chegou à brilhante conclusão de que suas descobertas podiam ser aplicadas ao ser humano e que qualquer comportamento podia ser "modelado" com os reforços adequados. Em 1948 escreveu um livro de ficção científica, Walden II. Esse é o nome de uma espécie de

comunidade utópica, cujos habitantes se isolaram voluntariamente do mundo para viver de acordo com os ensinamentos do behaviorismo e na qual as técnicas de reforço e aprendizagem constituem a base da sociedade. O romance está escrito em um tom didático e nele Castle, um catedrático de Filosofia um pouco abestalhado, faz contínuas perguntas para que Frazier, o fundador da comunidade, possa brilhar com as respostas.

Em Walden II as crianças são criadas quase sem contato humano durante o primeiro ano, em pequenas cabines individuais com uma janela de vidro, todas colocadas em um quarto no qual não há ninguém que cuide delas (pelo menos no momento em que os protagonistas do livro as visitam):

Através do vidro podíamos ver crianças de diversas idades. Nenhuma vestia nada além de uma fralda e não tinham roupa de cama. Em uma das cabines, um pequeno recém-nascido com aspecto saudável dormia de barriga para baixo. Outros bebês mais velhos estavam acordados e brincando com brinquedos. Perto da porta, uma criança que engatinhava apertava o nariz contra o vidro enquanto sorria para nós.

No romance, a cuidadora desses bebês entra no quarto, que de brincadeira chamam de “aquário”, só para mostrá-lo aos visitantes. É claro que os bebês não mamam no peito, pois a mãe é uma fonte de infecção

— E os pais? — disse Castle, imediatamente — Não podem ver os filhos?

— Ah, sim! Sempre e quando gozem de boa saúde. Alguns pais trabalham no berçário. Outros passam por aqui todos os dias, mais ou menos, mesmo que seja só por uns minutos.

Levam a criança para tomar sol ou brincam com ela em uma sala de jogos.

Esses bebês que dormem, brincam, sorriem e que veem os pais por uns minutos quase todos os dias, não choram nunca porque não têm motivos para reclamar: a umidade e a temperatura das suas cabines estão perfeitamente controladas, o que os permite ficar nus e evitar o incômodo da roupa. Frazier não hesita em afirmar:

Quando um bebê sai do nosso Primeiro Berçário, desconhece completamente a frustração, a ansiedade e o temor. Nunca chora, a não ser que esteja doente.

Qualquer pessoa com um mínimo de sensatez se indignaria diante dessa frase. Dizer que crianças que passaram quase a vida toda sozinhas em um cubículo de vidro não conheceram a frustração nem a ansiedade parece uma piada de mau gosto. O mais parecido à caixa de Skinner na vida real é a sala de prematuros de um hospital, com as filas de incubadoras. E ali os bebês realmente choram. Um dos grandes avanços no cuidado dos prematuros é o método mãe-canguru: tirá-los da incubadora o maior tempo possível e colocá-los no colo das mães. Observou-se que assim os bebês engordam mais, adoecem menos e seu ritmo cardíaco e respiratório mantém-se mais estável (o que indica que sofrem menos).[39]

Mas no romance o bobalhão do Castle aceita, como não, que essas pobres crianças abandonadas são absolutamente felizes e até mesmo se queixa de que são mimadas demais:

— Mas as preparam para a vida? — disse Castle - Certamente não podem continuar assim, evitando que passem qualquer frustração ou as situações de temor.

— É claro que não. Mas podemos prepará-las para elas. Pode-se criar uma tolerância à frustração introduzindo obstáculos gradualmente conforme a criança cresce e torna-se forte o suficiente para resistir a ela.

Umas páginas à frente, Frazier nos explica quais são esses métodos educativos com os quais ensinam as crianças de um a seis anos a tolerar a frustração:

— Como se pode produzir a tolerância diante de uma situação incômoda? - disse.

— Bom, por exemplo, fazendo com que as crianças aprendam a “aguentar” cãibras cada vez mais dolorosas...

Essa declaração surpreendente, admitindo que as crianças são submetidas a torturas sistemáticas, não provoca no romance o menor comentário do resto dos personagens, nem sequer dos que supõe-se que não acreditam nas teorias de Frasier. Mais à frente ele explica outra técnica “educativa” um pouco menos extrema:

Pegamos um exemplo: umas criancinhas chegam em casa depois de um longo passeio, cansadas e famintas. Esperam que lhes deem o jantar. Mas, em vez disso, descobrem que é a hora da lição de autocontrole. Têm que ficar de pé, durante cinco minutos, diante do prato de sopa quente.

Nunca ouvi nenhum educador, médico ou psicólogo recomendar o método dos choques elétricos. Mas realmente já ouvi dezenas de sugestões semelhantes a esta segunda: fazer o bebê que chora ou a criança que pede qualquer coisa esperar deliberadamente, ensiná-la a “atrasar a satisfação dos seus desejos”, a “tolerar a frustração”, a “ir espaçando as mamadas”. Talvez alguns me considerem extremista quando afirmo que esses métodos parecem cruéis e indignos. “Que exagerado”, vão pensar, “não é a

mesma coisa torturar uma criança com choques elétricos e mandar que espere cinco minutos para jantar”. Pois bem, para Skinner de fato é o mesmo, são dois exemplos perfeitamente intercambiáveis de um mesmo método.

É claro que não faz nenhum mal a uma criança esperar cinco minutos para jantar. Isso acontecerá dezenas, centenas de vezes ao longo de sua infância, de maneira natural. Ela vai pedir o jantar e ele não estará pronto. Ou ela vai se sentar à mesa e a mandarão levantar para lavar as mãos. Ela vai querer ver um programa na televisão e terá que esperar que comece. Terá que esperar o dia de Natal para ganhar os presentes, mesmo que os embrulhos já estejam escondidos no armário de seus pais. O bebê vai acordar chorando desesperado e sua mãe vai demorar cinco minutos para chegar porque está dormindo, no banho ou fritando bolinhos que estão quase queimando. Nada disso faz mal nenhum a uma criança. Assim como também não faz nenhum mal (permanente) receber por acidente uma leve descarga elétrica, cair brincando e ficar com um roxo ou esfolar um joelho.

O que é realmente nocivo em todas essas técnicas “educativas” não é o fato em si. mas a sua motivação. Não é a mesma coisa uma criança tocar acidentalmente em um fio elétrico ou levar choques aplicados de propósito para que ela aprenda a tolerar a frustração. Qualquer criança prefere machucar-se brincando do que com uma palmada do seu próprio pai, mesmo que às vezes elas se machuquem mais brincando. Não é a mesma coisa pensar “tenho que esperar porque o jantar não está pronto” ou “não podemos jantar enquanto a tia Isabel não chegar” do que pensar “poderíamos jantar agora, mas meus pais não me deixam comer pelo simples prazer de me fazer esperar”. Eu não gostaria que meus filhos guardassem essa lembrança de mim.

Se a criança tiver idade suficiente para compreender o que estão fazendo com eh, sem dúvida sentirá a mesma raiva e a mesma humilhação que sentiria qualquer um de nós em semelhantes circunstâncias. Ou talvez Skinner tenha razão e, se ela foi submetida a tais abusos desde a mais tenra infância, acabe se submetendo, aceitando que não tem nenhum direito e que está à mercê da vontade e do capricho de outros.

Um bebê, por outro lado, não pode saber o motivo do atraso. Ele nunca saberá se sua mãe demorou cinco minutos porque estava muito ocupada ou porque quis. Para o bebê não existe, é claro, nenhuma diferença. Mas para a mãe existe. Não se pode justificar uma agressão porque a vítima não percebe. O ato em si de provocar uma frustração deliberada em um ser humano ê imoral. Se hoje à urde a luz acaba no seu bairro por dez minutos, você nunca vai saber se realmente houve um problema ou se a companhia elétrica decidiu praticar cortes de dez minutos aleatoriamente para que os cidadãos aprendam a tolerar a frustração e a se virar sem eletricidade. Você pode não saber, mas parte do princípio que a segunda opção é impossível. Como alguém poderia fazer uma coisa dessas com um adulto, aborrecê-lo de propósito para “educá-lo”? Não, isso só pode ser feito com crianças.

Walden II é apenas um romance, mas pretende ser algo mais. A orelha do exemplar que eu tenho em mãos afirma:

Walden II não é uma digressão, não é uma diversão do autor, Skinner acredita em sua ficção. Walden II é aconselhado como leitura complementar aos alunos de Ciências Sociais de muitas universidades norte -americanas.

Ele acredita em sua ficção! Ele mesmo o reafirma no prólogo que adicionou em 1976, em que defende com entusiasmo

que sua ideia seja levada a cabo. Skinner nunca tentou criar nenhuma criança com seu método (dizem que ele o teria aplicado com sua filha mais nova, mas sua filha mais velha desmente energicamente esse mito no site da Fundação Skinner).[40] O mais próximo que já houve da aplicação prática dos seus métodos são os kibutz de Israel, nos quais os bebês e crianças dormiam todos juntos e separados dos seus pais. O experimento fracassou, acabou sendo igualmente incômodo tanto para os pais quanto para os filhos, e hoje em dia as crianças dormem com seus pais até a adolescência em todos os kibutz.[41]

Se Skinner tivesse publicado um falso artigo científico inventando um experimento falso sobre uns sujeitos inexistentes, mais cedo ou mais tarde a fraude teria sido descoberta. Seu prestígio teria desaparecido, o teriam expulsado de sua universidade e seus livros teriam caído no esquecimento. Em vez disso, ele inventou um falso experimento sobre sujeitos inexistentes, mas não o fez passar por realidade e o publicou como um romance de ficção-científica. Paradoxalmente, muita gente o aceitou como se fosse real, ou pelo menos como se fosse baseado em dados científicos, e milhares de psicólogos e educadores leram a obra e deixaram que essas fantasias impregnassem suas crenças e orientassem suas vidas.

O conceito de negar sistematicamente atenção e cuidados às crianças para assim aumentar a tolerância à frustração é muito difundido hoje em dia, assim como outras engenhosas aplicações das teorias behavioristas. Porém, na verdade essas ideias já eram velhas quando Skinner tentou dar a elas um novo prestígio científico:

Vejamos agora como os exercícios podem contribuir para a repressão total dos sentimentos. […] Uma dessas [provas] consiste na privação de certas coisas das quais se gosta. […]

Dê a elas boas frutas e, quando quiserem devorá-las, coloque-as à prova. Você conseguiria se controlar e guardar essa fruta até amanhã? Seria capaz de dá-la a alguém? (Schreber, 1858, citado por Miller.)[35]

Ao contrário de Skinner, Schreber de fato educou os seus filhos seguindo suas regras. Um de seus filhos, Daniel Paul Schreber, é considerado "o paciente mais famoso da psicologia e da psicanálise" (foi paciente de Freud, que escreveu um livro sobre seu caso clínico), e os especialistas ainda discutem se o tratamento recebido na sua infância teve influência na sua posterior doença mental.[42], [43] Outro filho, Daniel Gustav, se matou com um tiro aos 38 anos.

Em seu belo livro Por qué lloras?[44] Cubells & Ricart nos oferecem uma teoria completamente diferente sobre a tolerância à frustração:

É um equívoco frequente pensar que a melhor maneira de aprender a tolerar e superar a frustração é fazer com que a criança a enfrente o mais cedo possível.

Para eles, não são as crianças, mas sim os pais os que têm que aprender a tolerar a frustração. Ou seja, temos que compreender que certas coisas provocam frustração aos nossos filhos e que essa frustração se manifestará com choros, gritos, birras e até mesmo tabefes e insultos. Temos que ser capazes de tolerar essas manifestações de ira, que são respostas normais à frustração, sem negar aos filhos o nosso carinho, sem xingá-los nem castigá-los, sem cair em vinganças absurdas.

Alguns mitos sobre o sono

> *Alguns dos hábitos do nosso tempo serão sem dúvida considerados bárbaros por gerações posteriores; talvez a insistência de que crianças pequenas e até mesmo bebês durmam sozinhos em vez de dormirem com os pais.*
>
> Carl Sagan, *O mundo assombrado pelos demônios*

O cair da noite sempre foi um momento propício para contar histórias, contos para dormir e contos para não dormir. Também se contam muitas histórias sobre o sono em si, e infelizmente algumas delas tentam passar por verdadeiras.

Dormir a noite toda

Na versão clássica do mito, as crianças dormem oito ou dez horas segui das, e foram publicadas versões modernas ainda mais desaforadas:

Depois de passado o primeiro meio ano de vida, no máximo sete meses, uma criança tem que ser capaz de dormir sozinha, no seu próprio quarto e no escuro, e dormir direto a noite toda (umas 11 ou 12 horas seguidas).[15]

Com um método similar, Hollyer & Smith[45] garantem que qualquer criança pode e deve dormir 12 horas seguidas a partir dos três meses.

Esses especialistas não nos dizem de onde tiraram essa informação. Queremos acreditar que não a inventaram, que de algum lugar tiraram a ideia de que as crianças normais dormem 11 ou 12 horas (e não oito nem 13) e que o fazem a

partir dos seis ou dos três meses (e não a partir dos dois ou dos dez meses).

Procurando, procurando, encontramos um estudo científico que talvez possa ter dado base a essa crença. É um trabalho sério, bem feito, publicado em uma revista médica de prestígio em 1979. Anders[46] filmou durante toda a noite dois grupos de crianças, de dois e nove meses de idade, e observou que 44% dormiam a noite toda aos dois meses, e 78% aos nove meses. Ele não diz se elas mamavam no peito, mas pela época e lugar (Estados Unidos) é provável que quase todos os de dois meses e todos os de nove meses tomassem mamadeira. Todas as crianças dormiam sozinhas no bercinho.

É fácil imaginar que alguém que leu esse estudo há muito tempo e não o revisou mais tarde, ou que só ouviu falar dele através de segundos ou terceiros, possa acabar afirmando que todas as crianças dormem direto à noite aos seis meses. Realmente, seis meses é "quase" o mesmo que nove (quem sabe eles leram de cabeça pra baixo) e 78% é "quase" o mesmo que 100%…

Pois não senhor, não é o mesmo. Continuam existindo 22% de crianças normais de nove meses que não dormem a noite toda, mesmo com aleitamento artificial e dormindo sozinhas.

Mas leiamos esse estudo com mais detalhes: acontece que o dr. Anders usa uma definição de "dormir a noite toda" que é habitual na literatura de língua inglesa:"A criança permanece no berço entre meia-noite e as cinco da madrugada". Há duas falhas nisso:

• Se o bebê acorda mas não chora, e até mesmo se chora mas não sai do berço (ou seja, se seus pais não o tiram do berço, porque ele não pode sair sozinho), considera-se que

ele “dormiu a noite toda”. Na verdade, como demonstram as filmagens, somente 15% dos bebês de dois meses e 33% dos de nove meses dormiram continuamente, sem acordar, da meia-noite até as cinco da manhã.

• Se ele acorda às 11h45 ou às 5h15, ele também “dormiu a noite toda”, mesmo que os pais o tirem do berço e tenham que embalá-lo de 5h15 até às 6h30. Pessoalmente, se eu tenho que acordar às 7h para ir trabalhar e meu filho tem que acordar uma vez todas as noites, não vejo muita diferença entre que ele acorde às 4h ou às 6h. E você, vê alguma diferença? O que eu realmente gostaria (sei que não é comum e que não tenho direito de exigir nem esperar por isso, mas seria bacana) é que não me acordassem nenhuma vez a noite toda.

Quantas crianças dormiam realmente, desde que as deitavam à noite até que as tiravam do berço de manhã, as famosas 11 ou 12 horas do dr. Estivill? Isso não sabemos, porque os pais do estudo não deixavam os filhos por tanto tempo no berço, mas sim uma hora a menos: a média era de 10h30. Somente 16% dos bebês de dois meses e 16% dos de nove meses dormiam essas dez a 11 horas seguidas; 84 % desses bebês, que dormem sozinhos no seu próprio quarto e não mamam no peito, não dormem o que o dr. Estivill considera “normal”. Como vimos em capítulos anteriores, é provável que, com a amamentação e dormindo com a mãe, a porcentagem de bebês com “sono anormal” fosse ainda maior. Quem define o que é normal? Primeiro estabelece-se uma definição de “sono normal” que é arbitrária, absurda, contrária aos conhecimentos científicos e tão estrita que somente 15% dos bebês normais a cumprem. Depois afirma-se que todas as crianças que não cumprem essa definição têm um “problema de sono” e que se isso não for remediado haverá “consequências muito negativas”:

Em lactentes e crianças pequenas, choro fácil, irritabilidade, mau-humor, falta de atenção, dependência de quem o cuida, possíveis problemas de crescimento. Em crianças de idade escolar, fracasso escolar, insegurança, timidez, má índole.[15]

Ele também não esclarece que estudos científicos sustentam essas ameaças. Mas as ameaças são parte fundamental do método, porque se disséssemos aos pais a pura verdade, por exemplo: “Se seu filho acorda várias vezes à noite, é normal e isso não o prejudica de nenhuma maneira. Mas você se incomoda, não é? Então lhe explicaremos um método simples para que seu filho não o amole”. Se disséssemos isso aos pais, muito poucos estariam dispostos a aplicar o “tratamento”. Não, deve-se convencê-los de que ele é necessário para o bem do seu filho.

Por último, convencem-se esses 85% dos pais de que seu filho “anormal” não será “curado” a não ser que eles leiam o livro:

[…] Ajustem-se ao que vocês leram, não façam nada que não tenha sido explicado.[15]

Com essas premissas, o sucesso editorial está garantido.

Os perigos da cama compartilhada

> *E agora aconselho que vá para o seu quarto, comporte-se com tranquilidade e espere.*
>
> Franz Kafka, *O processo*

Muitas famílias optam por levar a criança para dormir na cama grande. Umas porque acham que é o mais agradável e outras porque é o mais prático. Mas a pressão é muito grande e conseguem fazer com que se sintam culpadas, como conta Rosa:

Tenho um bebê de um ano e faz um mês que é impossível fazê-lo dormir na sua cama a noite toda. Ele acorda no meio da noite chorando e a única maneira de acalmá-lo é levando-o para a nossa cama. Como trabalhamos os dois, chega um ponto em que preferimos deixá-lo conosco e assim poder descansar, mesmo sabendo que isso não é bom.

Pois não, não estão fazendo nada errado. Estão fazendo o melhor para o seu bebê (o único que o acalma) e também o melhor para eles (o único que lhes permite descansar). A quem é que incomoda, então, que tenham tomado essa livre decisão?

Convencem os pais que dormir com seu filho (a cama compartilhada) é ruim para ele. O esmagarão, provocarão nele uma insônia para a vida toda ou produzirão algum grave e misterioso trauma psicológico. O que há de verdade nisso tudo?

Não existe nenhum estudo aleatório e controlado (ou seja, em que tenham recomendado a cama compartilhada a um grupo de grávidas e dormir separados a um outro grupo, e

tenham estudado os efeitos a longo prazo). Todos os dados vêm, portanto, de estudos de menor qualidade.

Cama compartilhada não causa insônia

> *Quando uma mãe dorme junto ao filho, o filho dorme duas vezes.*
>
> Miguel de Unamuno

Entre os estudos de observação, muitos encontram uma associação entre dormir com os pais e diversos problemas de sono. Por exemplo, Curell e colaboradores[47] observam que no grupo que pratica a cama compartilhada há mais pais (17% contra 5%) e mais crianças (44% contra 17%) que percebem o momento de ir dormir como desagradável. As crianças dormem menos (10,4 contra 10,8 horas), acordam em maior proporção (89% contra 51%), demoram mais para dormir (25 contra 17 minutos), são mais velhas (20 contra 16 meses) e têm maior probabilidade de pertencer a um nível socioeconômico baixo (51% contra 29%). Os autores concluem que "a cama compartilhada gera um efeito negativo sobre o sono das crianças", mas esquecem-se de comentar que a cama compartilhada também gera velhice nas crianças e pobreza nas suas famílias… Não, é claro que é uma piada. A cama compartilhada não é a causa da pobreza, trata-se apenas de uma associação estatística. Poderia até haver uma causalidade inversa, é possível que determinados grupos sociais pratiquem a cama compartilhada por tradição…

Pois, da mesma forma, a explicação mais razoável para a associação entre problemas de sono e a cama compartilhada não é que a cama compartilhada produz problemas de sono, mas sim o contrário: em uma sociedade na qual a cama compartilhada costuma ser mal vista, os pais recorrem a ela

apenas quando outros métodos para fazer a criança dormir tenham falhado, ou seja, quando a criança é propensa a chorai ou acordar, ou demora muito para dormir.

Como explicar, por exemplo, que 44% das crianças que dormem com os pais consideram a hora de dormir desagradável, contra apenas 17% das que dormem sozinhas? Devemos acreditar que as crianças preferem dormir sozinhas a dormir com os pais? Essas crianças que riam dormir sozinhas no seu quarto, mas as obrigam a dormir na cama dos seus pais? Não será assim porque os pais primeiro tentam fazer a criança dormir sozinha, ela chora e resiste, e finalmente a deixam ir ficar na cama com eles, mas a contragosto e com mau humor? ("Que difícil você é, vai me matar de desgosto. Vem, vem pra cama se é o que você quer!") Deve acontecer algo assim para que uma criança chegue a achar que ir para a cama com seus pais é desagradável.

Os estudos transculturais lançam luz sobre esse ponto. Nos Estados Unidos, a cama compartilhada costuma ser mal vista entre os brancos, mas é comum e considerada aceitável entre os afro-americanos. A doutora Lozoff e seus colaboradores[48] estudaram quatro grupos de crianças norte-americanas de seis a 48 meses de idade: brancos de classe social baixa, brancos de classe alta, afro-americanos de classe baixa e afro-americanos de classe alta. Entre os brancos, as crianças pobres dormiam mais com os pais que as ricas (23% contra 13%), mas entre os afro-americanos não havia diferenças (56% dos pobres e 57% dos ricos dormiam com os pais). A cama compartilhada foi associada a problemas leves de sono entre os brancos pobres e entre os afro-americanos ricos, mas não nos outros grupos. Somente entre os brancos pobres a cama compartilhada era associada estatisticamente à percepção dos pais de que seu filho teria um problema importante de sono. Nos outros grupos a

diferença não era significativa, e entre os afro-americanos a diferença era de fato favorável à cama compartilhada (as crianças que dormiam sozinhas tinham mais problemas).

Como explicar todas essas diferenças? Talvez os brancos pobres durmam com os filhos a contragosto porque existe um problema prévio de sono ou porque não há suficientes quartos na casa, enquanto os pouquíssimos brancos ricos que dormem com os filhos o fazem convencidos de que isso é o melhor porque leram livros e se informaram, Talvez os afro-americanos pobres durmam com seus filhos por tradição, porque consideram que isso é o normal, e portanto nem causam nem encontram nenhum problema. Por outro lado, os afro-americanos ricos, embora sigam mantendo o costume, leram livros ou ouviram pediatras criticando a cama compartilhada, começam a sentir-se culpados do que estão fazendo e acabam tendo problemas com o sono.

É ainda mais espetacular comparar os Estados Unidos com o Japão. Esta última é uma sociedade altamente industrializada na qual a cama compartilhada é considerada normal e desejável. Tradicionalmente, as crianças dormem com os pais até os cinco anos e depois costumam passar a dormir com os avós (se eles moram em casa) até a adolescência. É um sinal de respeito com os avós: seria mal educado deixá-los sozinhos. Em uma amostra de famílias japonesas de classe média, Latz, Wolf & Lozoff.[49] observaram que 59% das crianças de seis a 48 meses dormiam com a mãe ou com ambos os pais desde o nascimento, todas as noites e durante a noite inteira. Por outro lado, somente 15% dos norte-americanos brancos dormiam com seus pais, e quase todos deforma parcial.

Perguntavam aos pais de ambos os países se seus filhos protestavam porque não queriam ir dormir, se acordavam com frequência (três ou mais vezes por semana) e se

achavam que seu filho tinha problemas de sono. (Trata-se, portanto, da percepção de problemas. Isso não depende apenas do que as crianças fazem, mas também do que seus pais esperam. Diante de duas crianças que dormem exatamente da mesma maneira, uns pais podem pensar que há algum problema e outros que tudo é normal). Dormir com os pais foi associado a reclamações para ir dormir, despertares frequentes e problemas com o sono entre os norte-americanos. Por outro lado, as crianças japonesas que dormiam com seus pais não tinham mais “problemas” nem protestavam na hora de dormir, mas de fato acordavam mais (uma vez que eram os pais os que apresentavam esses dados, essa associação poderia indicar simplesmente que os pais que dormem separados dos filhos nem sempre percebem quando eles acordam).

Pareceria que não há muita diferença, que tanto em um país como no outro as crianças que dormem sozinhas dormem “melhor” que as que dormem com os pais. Mas agora vem o que é realmente apaixonante. As crianças japonesas que dormiam com seus pais acordavam no meio da noite quase tão pouco (30%) quanto as americanas que dormiam sozinhas. As americanas que dormiam acompanhadas acordavam muitíssimo mais (67%), enquanto as japonesas que dormiam sozinhas acordavam pouquíssimo (4%). Onde quer que durmam, as crianças japonesas têm muito menos problemas, reclamam menos e acordam menos que as americanas.

Os autores do estudo concluem que resistir ao intenso desejo das crianças pequenas de estar muito perto dos seus cuidadores durante a noite pode constituir a base das reclamações na hora de dormir e do despertar noturno persistente nos Estados Unidos. Outros fatores que podem aumentar as reclamações na hora de dormir e o despertar noturno entre as crianças norte-americanas que dormem

com os pais incluem a cama compartilhada intermitente ou parcial, o fato de os pais recorrerem à cama compartilhada como reação às alterações de sono, as recomendações dos profissionais contra essa prática e a ambivalência dos pais em relação à cama compartilhada.

Dessa forma, as graves ameaças são totalmente falsas: a cama compartilhada não só não produz insônia, mas tentar que as crianças durmam sozinhas é justamente o que aparentemente causa problemas de sono no Ocidente. Talvez nossos especialistas do sono dediquem-se a tentar solucionar os problemas que eles mesmos criaram.

E, de qualquer maneira, por que as crianças que dormem sozinhas dormem mais em ambos os países? É provável que tenha havido uma seleção espontânea, embora em outro sentido. Nos Estados Unidos, onde a cama compartilhada é mal vista, só deixam ir para a cama dos pais as crianças que não dormem de nenhuma outra maneira - é um grupo selecionado de crianças que dormem pouco. Por outro lado, no Japão, onde a cama compartilhada é totalmente normal, somente aqueles pais cujos filhos dormem como uma pedra atrevem-se a imitar o que veem nos filmes e colocam os filhos em outro quarto — é um grupo selecionado de crianças muito dorminhocas.

Nossa cultura parece não ser tão obsessiva com os “problemas de sono” como a norte-americana, embora a pressão tenha aumentado nos últimos anos. Assim, García e colaboradores,[50] em uma zona rural da Catalunha, observaram que a metade das crianças de um a três anos acordava durante a noite, a maioria mais de duas vezes por noite, Muitos pediam companhia, água ou comida. A maioria dos pais satisfa zia essas demandas. Porém, somente a metade das famílias cujos filhos acordavam de noite considerava que a criança “dormia mal”, e somente uma de

cada cinco tinha ido ao médico por esse motivo. É contrastante essa tolerância e despreocupação da maioria dos pais com o alarmismo de alguns especialistas; Estivill[51] afirma, referindo-se à "insônia infantil por hábitos incorretos", que:

Não há maior desestabilizador da harmonia conjugal… a sensação de frustração se incrementa… as reações de culpa são frequentes…

Nas últimas décadas a cama compartilhada parece estar aumentando nos países ocidentais, embora seja difícil saber se de verdade está aumentando ou se simplesmente está saindo do armário. Nos Estados Unidos, 45% dos menores de sete meses tinham dormido na cama de seus pais pelo menos uma vez nas duas semanas anteriores à pesquisa, e a porcentagem dos que dormiam habitualmente com seus pais tinha aumentado de 5,5% a 12,8% entre 1993 e 2000.[86]

A CAMA COMPARTILHADA NÃO CAUSA PROBLEMAS PSICOLÓGICOS

Como uma jovem mãe, solícita pelo sono do seu primeiro filho

Júlio Dinis, Uma família inglesa

No que se baseiam os que afirmam que a criança que dorme com os pais vai acabar no manicômio? Como explicamos anteriormente, o estudo científico definitivo consistiria em dizer a cem grávidas que elas devem dormir com seus filhos e a outras cem que não, e esperar 20 anos para ver quais têm mais problemas psicológicos. Ninguém fez nenhum estudo assim.

Os estudos de coorte são menos confiáveis. Teriam que procurar crianças que dormem com os pais e crianças que dormem sozinhas e ver o que acontece dentro de uns anos. Como são os pais que decidiram se dormem com os filhos ou não, pode ser produzido um erro de se leção. Por exemplo, vimos que nos Estados Unidos os afro-americanos pobres dormem mais com seus filhos que os brancos ricos. Também dormem mais com seus filhos os pais com menos estudos e os que têm problemas econômicos ou tensões conjugais. E as crianças doentes ou que sofreram acidentes têm mais possibilidades de serem admitidas na cama dos pais?[2] Se mais à frente essas crianças se comportam de maneira diferente, será devido à cama compartilhada ou às desigualdades sociais, à pobreza e à doença? Além disso, em uma sociedade na qual a cama compartilhada é mal vista, pode ser que os que a praticam sintam-se culpados por isso e tratem seus filhos com ambivalência e hostilidade. Por tudo isso, não deveria surpreender-nos que algum estudo de coorte encontrasse problemas psicológicos em crianças que dormiram com seus pais.

Entretanto, o único estudo de coorte realizado sobre o tema encontrou que, aos 18 anos, os que tinham dormido com os pais não demonstravam nenhum efeito pernicioso: não tinham piores relações com os pais nem com outras pessoas, nem consumiam mais tabaco, álcool nem outras drogas e não eram mais ativos sexualmente.[53]

Por último, existe também um estudo de casos e controles que compara crianças com problemas psicológicos com crianças sem problemas para ver quais dormem mais com os pais. O estudo foi feito pelos psiquiatras infantis do Hospital da Marinha dos Estados Unidos em Honolulu.[54]

A primeira surpresa é que 30% dos filhos de militares (entre dois e 13 anos de idade, com média de cinco anos) dormiam

com seus pais. E a cifra chegava a 50% quando o pai estava embarcado. As crianças menores de oito anos, quando o pai não estava, dormiam com a mãe duas ou mais noites por semana em média. Depois dos oito anos, a média baixava a 0,6 noites por semana. Não havia relação entre a frequência da cama compartilhada e a graduação militar do pai.

A segunda surpresa é que as 47 crianças que iam ao psiquiatra por diferentes problemas psicológicos dormiam menos com seus pais que as 36 crianças sadias que serviam de controle. A diferença era especialmente notável entre os meninos com mais de três anos de idade: cinco dos seis meninos sadios dormiam com a mãe na ausência do pai, contra apenas oito dois 22 meninos com problemas psicológicos.

A CAMA COMPARTILHADA NÃO CAUSA A MORTE SÚBITA

Há dois séculos, quando todas as crianças dormiam com seus pais, algumas amanheciam mortas. Diziam que a mãe as havia esmagado sem querer, suspeitavam que alguns eram bebês não desejados que tinham sido deliberadamente assassinados. Para evitar os supostos acidentes ou para evitar que os infanticidas pudessem recorrer a uma justificativa tão fácil, os médicos e às vezes as leis proibiram que as crianças dormissem na cama de seus pais.

Para a surpresa geral, alguns bebês continuaram morrendo durante o sono, embora dormissem no seu berço e ninguém poderia tê-los asfixiado. Hoje chamamos esse problema de “Síndrome da morte súbita do lactente”, mas há apenas algumas décadas o termo habitualmente usado tanto pelos pais como pelos médicos era “morte no berço” - 90% dessas

mortes ocorrem durante os primeiros seis meses, e o resto entre os seis meses e o primeiro ano.

Não se sabe qual é a causa exata da morte súbita, mas são conhecidos vários fatores que podem aumentar ou diminuir o risco. Infelizmente, o risco não pode ser reduzido a zero, e alguns bebês vão morrer independente do que os pais fizerem. Porém, podemos evitar muitas mortes se tomamos várias simples precauções. As mais importantes: colocar os bebês para dormir sempre de barriga para cima (de barriga para baixo é o pior, mas de lado também há um certo risco), não fumar durante a gravidez nem nos primeiros meses (e passado esse período, seria uma boa ideia parar de fumar para sempre, o que beneficiaria tanto as crianças como os pais) e não deixar o bebê dormindo sozinho no seu quarto (é melhor que o berço esteja no quarto dos pais, pelo menos nos primeiros seis meses). Também é importante que o colchão seja duro (ou seja, de consistência normal, que não seja um colchão de água ou inflável) e que evitem deixar na cama ou no berço objetos macios que possam asfixiar o bebê, como edredons pesados, travesseiros, peles (naturais ou sintéti-cas) ou bichos de pelúcia. O bebê não deve estar agasalhado demais (o bebê costuma precisar de um pouco mais de roupa que seus pais, mas não se pode colocar uma camiseta térmica, duas blusas de frio, um pijama de flanela e ainda cobri-lo com uma manta e uma colcha em um quarto aquecido). Parece que a amamentação também diminui o risco de morte súbita.

E dormir na cama dos pais? Aumenta o risco, diminui ou não tem nada a ver?

Alguns dados parecem indicar que, pelo menos em certas circunstâncias, a cama compartilhada pode diminuir o risco. A morte súbita é muito rara no Japão, onde dormir com os pais é o mais normal, e também é mais rara entre os

imigrantes asiáticos na Inglaterra (que costumam praticar a cama compartilhada) do que entre os ingleses nativos.[55] Além disso, nos estudos de laboratório os bebês que dormem com a mãe têm um sono menos profundo, o que se acredita que poderia ser benéfico.[56]

Diversos estudos de casos e controles na Nova Zelândia[57], [58] e na Inglaterra[59] demonstraram que quando a mãe não fuma o risco de morte súbita é exatamente o mesmo se o bebê dorme na cama dos pais ou no seu bercinho ao lado. Se o bebê dorme sozinho em outro quarto, o risco se multiplica por cinco ou por dez.[59],[60]

O tabaco aumenta muito o risco de morte súbita do lactente. Fumar durante a gravidez já aumenta o risco, mesmo que a mãe pare de fumar depois (mas se ela continuar fumando é pior ainda).[61] Numa casa onde há um bebê ninguém deveria fumar.

Por motivos ainda não bem conhecidos, o risco do tabaco é potencializado com a cama compartilhada. No estudo britânico,[59] provavelmente o melhor concebido para analisar esse problema, fumar e dormir separados multiplica o risco por cinco, mas fumar e dormir juntos multiplica o risco por 12.

Portanto, a melhor solução é não fumar. A mãe que não fuma e não fumou durante a gravidez pode dormir com o filho à vontade, sem nenhum perigo. Além de prevenir a morte súbita do lactente, não fumar tem muitas outras vantagens para a saúde da mãe e do filho.

Se a mãe fuma ou fumou durante a gravidez, seria prudente não dormir com o bebê durante as primeiras 14 semanas (depois dessa idade, a cama compartilhada já não aumenta o risco, nem mesmo se a mãe fuma). A mãe pode dar o peito

na cama e colocar o bebê no seu próprio bercinho, ao lado da cama dos pais, quando ele dormir.

Como já comentamos, dormir com o bebê em um sofá é de fato muito perigoso.

Em outros estudos os resultados foram ligeiramente diferentes. Um estudo em vários países europeus[87] encontrou mais uma vez que a incidência de morte súbita aumenta muito quando a mãe fuma e dorme com o filho (odds ratio de 14, o que pode ser expressado, simplificando bastante, como “risco 14 vezes maior”). Porém, mesmo quando a mãe não fumava, a cama compartilhada foi associada a um ligeiro aumento do risco de morte (1,6 vezes maior), embora somente durante as primeiras oito semanas. Acredito que esse pequeno aumento não é motivo de preocupação: primeiro, como já explicamos, outros estudos sérios e bem feitos não encontraram nenhum risco. Segundo, deve-se colocá-lo em perspectiva com outros possíveis fatores. No mesmo estudo europeu, se outro morador da casa (diferente da mãe) fuma de meio a um maço, o risco é 2,8 vezes maior (8,8 vezes, se fuma um maço e meio ou mais). Se a mãe tem entre 21 e 25 anos, o risco é 2,4 vezes maior do que se ela tem mais de 30 anos. O terceiro filho tem um risco 2,3 vezes maior que o primogênito. Se o pai está desempregado, o risco é 3,8 vezes maior. Se for uma união estável, o risco é 1,8 vezes maior…

Decididamente, um risco de 1,6, mesmo se fosse comprovado e recomprovado e fosse causal (e não uma simples associação estatística), continua sendo muito pequeno.

Embora a cama compartilhada pareça estar aumentando, a incidência da morte súbita do lactente diminuiu

espetacularmente nas últimas décadas na Inglaterra,[88] nos Estados Unidos[89] e em outros países desenvolvidos, principalmente graças à recomendação de colocar o bebê para dormir de barriga para cima. A Academia Americana de Pediatria recomendou[89] em 2005 que os bebês devem dormir no quarto dos pais, mas no seu próprio berço. Se a mãe não fuma, essa precaução me parece excessiva, e de qualquer maneira só seria necessária durante os primeiros dois meses. Muitas vezes a mãe adormece enquanto dá o peito, e manter-se acordada para poder levar o bebê de volta ao berço pode ser exaustivo.

É curioso como as novas descobertas são aceitas ou rejeitadas contorne coincidem ou não com as crenças anteriores. Muitos lembram a mãe com entusiasmo sobre o suposto perigo da cama compartilhada, sem explicar a ela que quando a mãe não fuma a maioria dos estudos não encontra nenhum perigo. Porém, muito poucos se lembram de que dormir em outro quarto durante os primeiros meses é muitíssimo mais perigoso. E muitos insistem (uns a partir dos seis meses, outros no primeiro ano, outros aos dois anos, de acordo com a tolerância de cada um) que "a criança já é grande demais para dormir com os pais", quando justamente depois dos três meses não foi encontrado o menor risco associado à cama compartilhada, nem sequer quando a mãe fuma.

Mamar durante a noite

> *Não nos deixaremos influenciar pelos gritos do bebê para mamar antes da hora adequada. Se começamos a alimentar uma criança durante a noite, ela acostuma-se e o acaba exigindo.*
>
> Dr. Fritz Stirnimann, 1947[10]

Estamos habituados a ouvir que “a partir dos seis meses os bebês não precisam mamar durante a noite”. Essa frase é tão vazia de conteúdo que fica difícil argumentar pela sua própria vacuidade. O que significa “não precisam”? Que não vão morrer de fome se não mamarem durante a noite? Que existem bebês que não mamaram durante a noite? Que é possível impedir que um determinado bebê mame à noite? Pois da mesma forma poderíamos afirmar que as crianças “não precisam ir à escola”, “não precisam de maçãs”, “não precisam de brinquedos” ou “não precisam de meias”. Nenhuma criança morreu (nem mesmo ficou gravemente doente) por não ir à escola, por não comer maçãs, por não ter brinquedos ou por não usar meias. Existem milhões de crianças que jamais tiveram essas coisas. Qualquer pai pode privar seu filho de escola, maçãs, brinquedos e meias se quiser. Mas quem foi que disse que o que não é necessário é proibido? Antigamente, os presos nas masmorras viviam a pão e água, mas pelo menos ninguém controlava se comiam seu pão e se bebiam sua água durante o dia ou durante a noite.

Também há uma diferença substancial entre as frases “as crianças não precisam comer durante a noite” e “as crianças não precisam comer durante o dia”. Outro especialista poderia escrever um outro livro explicando aos atormentados pais que as crianças que comem durante o dia o fazem devido a “maus hábitos adquiridos” (claro, aprenderam a associar a luz solar com o alimento) e propor um regime de quatro refeições generosas à noite, com 11 horas de jejum durante o dia. Perigoso? Não mais durante o dia que durante a noite. Mas se alguns pais leram ambos os livros e tentaram aplicar suas sugestões ao mesmo tempo, aí então seus filhos passariam muita, mas muita fome.

Deixemos de lado, por ser banal, o assunto de se os bebês precisam mamar à noite ou não e centremo-nos no que é

realmente importante é prejudicial para o bebê e a mãe, ou, pelo contrário, é benéfico e deviser recomendado, ou talvez não seja nem bom nem ruim e o mais prudente seja ficar calado e que cada um faça como quiser?

Ninguém, até onde sabemos, nem sequer os mais fervorosos partidários de que os bebês devem jejuar a noite toda, afirmaram seriamente que comer à noite seja prejudicial para o bebê: não produz câncer, nem calvície, nem hemorroidas, e muito menos “empanzinamento” ou “má digestão”. De fato, costuma-se admitir que durante os primeiros meses eles podem comer à noite. Se comer à noite fosse perigoso para um bebê de dez meses, não seria muito mais para um de apenas dois meses? O terrível perigo de mamar à noite parece ser de tipo psíquico: o bebê que provou o leite noturno, assim como o tigre que provou o sangue humano, se converterá em um devorador de mães.

Não conhecemos nenhuma prova de semelhante teoria. Provavelmente os que a defendem viram há muitos anos o filme Gremlins, aquelas criaturas simpáticas e agradáveis que se transformavam em monstros assassinos se fossem alimentadas depois da meia noite.

McKenna, um antropólogo norte-americano, estudou[62] a inter-relação entre dormir com a mãe (cama compartilhada) e a frequência das mamadas noturnas em um grupo de 35 bebês e suas mães, todos norte-americanos de origem hispânica (grupo étnico que considera a cama compartilhada positiva). Vinte dos bebês costumavam dormir com a mãe diariamente, enquanto 15 dormiam separados. Todos eram alimentados com aleitamento materno exclusivo. Quando os bebês tinham três ou quatro meses de idade, cada mãe passou duas noites com o filho em um laboratório. Eles foram filmados com uma câmera de infravermelho enquanto seus sinais vitais eram registrados

para distinguir as diferentes fases do sono. Independente de qual fosse o costume em casa, no laboratório cada bebê dormiu uma noite junto à mãe e outra separado.

Observou-se que os bebês mamavam mais vezes e durante mais tempo quando dormiam com a mãe do que quando dormiam separados. Ou seja, dormir separados parece diminuir o número de mamadas e, portanto, dificulta a amamentação. Além disso, os bebês que costumavam dormir sozinhos nas suas camas mamavam sempre menos (em média, 3,8 mamadas na noite em que dormiram juntos, e 2,3 quando dormiram separados) do que aqueles que costumavam dormir com a mãe antes do experimento (4,7 e 3,3 mamadas, respectivamente). Ou seja, dormir separados habitualmente parecia afetar de maneira persistente o comportamento dos bebês, de forma que nem mesmo quando eles tinham a oportunidade de dormir com a mãe conseguiam recuperar completamente.

Durante as duas semanas anteriores ao estudo, as mães tinham anotado em casa o número de mamadas noturnas. Curiosamente, os bebês mamavam menos que no laboratório: 2,4 mamadas por noite os que dormiam juntos (4,7 no laboratório) e 1,6 mamadas os que dormiam separados (2,3 no laboratório). A diferença poderia ser atribuída ao fato de os bebês estarem mais nervosos em um ambiente estranho, mas observem que o aumento é muito maior entre aqueles que dormem acompanhados (que, em teoria, estariam menos nervosos). Talvez o momo seja que em casa a mãe não era consciente de todas as mamadas porque às vezes estava adormecida, enquanto no laboratório, a implacável câmera registrava cada mamada sem erro.

O que é a insônia infantil?

Quando uma criança pequena demora a dormir ou acorda várias vezes à noite e chama a mãe, nos dizem que ela tem “insônia infantil por hábitos incorretos”. No Manual diagnóstico e estatístico de transtornos mentais (DSM-IV), uma classificação internacional amplamente aceita, não aparece nenhuma doença com esse nome. De fato aparece “insônia primária”, cujos critérios diagnósticos principais são a “dificuldade para iniciar e manter o sono” e provocar “mal-estar clinicamente significativo ou deterioração social, laboral ou de outras áreas importantes da atividade do indivíduo”.

Se meu vizinho gosta de ir para a cama às dez, mas eu prefiro ficar lendo até a meia noite, tenho insônia? Claro que não. Teria insônia se fosse dormir às dez, mas não conseguisse dormir até a meia noite. Por outro lado, se uma criança quer brincar ao invés de dormir dizem que ela tem insônia.

Se tiram o meu colchão e me obrigam a dormir no chão, eu vou demorar muito a dormir. Isso significa que tenho insônia? Claro que não. Devolvam o meu colchão e verão como eu durmo bem. Se separam uma criança da sua mãe e ela demora a dormir, ela tem insônia? Devolvam a sua mãe e verão como ela dorme bem!

A verdadeira insônia, da qual sofrem alguns adultos, é uma coisa completamente diferente dessa “insônia infantil” que tiraram da manga. Imagino que deve haver alguma criança que realmente sofre de insônia, mas em geral estamos falando de crianças que não querem dormir ou querem dormir mas não podem porque são privadas do contato humano de que precisam para dormir bem. O “mal-estar clinicamente significativo” não é produzido pela falta de sono, mas sim pela falta de contato humano. O único mal-estar somos nós mesmos que produzimos quando,

enganados por certas teorias, negamos aos nossos filhos a satisfação das suas necessidades mais básicas.

Ensinar as crianças a dormir

Há adultos que não sabem ler ou que não sabem geografia porque ninguém lhes ensinou, mas não há ninguém que não saiba dormir. Dormir, como comer, respirar ou caminhar, não é um comportamento aprendido. Todos nós nascemos sabendo dormir, comer e respirar, e começamos a caminhar quando chega a idade certa, sem que ninguém nos ensine. É verdade que podemos aprender a modificar de uma maneira específica esses comportamentos inatos. Todos sabem comer, mas para comer com pauzinhos chineses ou com garfo e colher é necessário aprender. Todos sabem respirar, mas para tocar flauta é necessário aprender. Todos sabem dormir, mas para fazer isso de uma determinada maneira culturalmente aceita (colocar o pijama, entrar na cama…), é necessário aprender. Os nossos antepassados pré-humanos com certeza já dormiam e não tinham que aprender nada.

Quanto mais a forma como queremos que nossos filhos durmam se distancia da forma que para eles é natural dormir, mais teremos que ensinar. É muito mais fácil ensiná-los a dormir de pijama ou em uma cama do que ensiná-los a dormir sem a mãe. Se eles estão com a mãe, deixam que troquem a sua fralda, vistam o seu pijama, o que for preciso. Nenhuma criança faz escândalo para tirar o pijama ou exige dormir no campo, sobre um leito de ramos e folhas, como certamente dormiam os nossos antepassados. Ninguém nunca teve que escrever um livro com um método para vestir o pijama nas crianças que não querem vesti-lo. Não, as crianças não são caprichosas. Com as coisas que não consideram importantes, estão sempre dispostas a seguir a corrente e fazer o que lhes pedimos. Mas ao esperar que

durmam sozinhas, estamos exigindo uma coisa totalmente contrária aos seus instintos mais profundos, e a luta é tenaz.

Uma pessoa que não é capaz de caminhar ou de respirar está doente. Mas uma pessoa que não aprendeu a dançar ou a tocar flauta não tem nenhuma doença nem vai adoecer por não ter aprendido essas coisas. Da mesma forma, se uma criança realmente não pudesse dormir, estaria doente (e muito gravemente, de fato; a privação absoluta de sono produz a morte em poucos dias). Mas uma criança que não aprendeu a dormir sozinha, a dormir com seu bonequinho, a dormir no seu bercinho ou a dormir na hora que nos convém não tem nenhuma doença nem vai adoecer por esse motivo.

Dizer a uma mãe que se seu filho não dormir sozinho e a noite toda terá problemas de sono quando crescer é tão cruel, tão absurdo e tão falso quanto dizer que se seu filho não aprender a tocar flauta terá insuficiência respiratória quando crescer.

É claro que os defensores de que as crianças durmam sozinhas mantêm, nesse assunto do aprendizado, doutrinas contraditórias. Por um lado parece que é necessário ensinar as crianças a dormir, coisa que já refutamos. Em outros casos, admite-se que a criança já sabe dormir, mas que devem ensiná-la a dormir da maneira adequada, ou seja, como os pais quiserem (sempre e quando os pais quiserem que seja “sozinha, no seu quarto, a noite toda”; se os pais quiserem outra coisa, então não têm direito de escolher).

Por último, às vezes a história é contada ao contrário: o normal, a atividade para a qual todas as crianças já vêm preparadas ao mundo, é dormir sozinhas, dormir a noite toda de uma vez e não comer à noite. Se exigem a presença dos pais para dormir, os chamam no meio da noite ou pedem comida, é porque desenvolveram um mau hábito. Tal hábito

será produzido por condicionamento operante: a presença dos pais ou o alimento atuariam como reforços positivos, aumentando a frequência do comportamento reforçado (acordar, chorar). O que se deve fazer é “reeducar” as crianças, que esqueçam o mal aprendido e voltem ao “normal”. Porém, essa teoria apresenta vários pontos fracos: a) Por que há tão poucas crianças que fazem “o normal” e tantas que “aprendem” a fazer uma coisa anômala? Em muitas sociedades humanas, dormir com os pais ou mamar durante a noite são consideradas atividades normais e universais. Mas até mesmo na nossa sociedade, em que tais atividades são consideradas anormais e são duramente criticadas, a maioria dos pais “ensinam” involuntariamente (!) maus hábitos aos seus filhos. No estudo mencionado de Curell,[47] 6% das crianças dormiam com os pais. Entretanto, dos que dormiam sozi nhos, 21% adormeciam em um lugar “não recomendável”; 64% das crianças e 73% dos pais mantinham rituais de conciliação do sono “não recomendáveis”; 13% tomavam bebidas “não normais” durante a noite; 46% apresentam um comportamento “alterado”; e 51% acordavam durante a noite. Somando tudo, 279% faziam alguma coisa errada. Ou seja, eram quase três coisas mal feitas por criança, e vale perguntar se havia uma única criança que fizesse tudo certo. Se essa coisa da insônia infantil é realmente uma doença, é a praga mais terrível da história, não existe ninguém sadio! É claro que entre as crianças que dormiam com os pais a porcentagem de pecadores era ainda maior para todos os mandamentos. b) Por que o “normal” (dormir sozinho) é tão fácil de esquecer e o “anormal” (chamar a mãe) é tão fácil de aprender? Ensinar “maus hábitos” às crianças seria, de acordo com essa teoria, uma coisa que a maioria dos pais consegue em pouco tempo, sem conhecimentos de pedagogia e sem sequer se propor a isso. Ensinar um sono “normal”, por outro lado, requer seguir ao pé da letra (“não façam nada que não tenha sido explicado”)[15] umas

recomendações muito detalhadas, com objetivos e métodos claramente especificados, e complexas tabelas de dias e minutos de espera. Assim, os pais normais devem ser excelentes pedagogos que, em dois dias e como quem não quer nada, ensinam aos filhos uma forma muito estranha e difícil de dormir. Por que não continuam usando os mesmo métodos para ensinar ao filho dança clássica, física atômica ou linguística eslava? Assim teriam um gênio! Não seria mais lógico que acontecesse justamente o contrário? Não deveria ser necessário um grande esforço para desviar uma criança do seu comportamento instintivo e não é lógico que ela volte a ele na menor oportunidade? É exatamente isso que acontece. É preciso esforço, método e consistência para que uma criança durma sozinha, porque isso vai contra a sua tendência inata. E ela volta a chamar os pais na primeira oportunidade porque isso é o normal. c) O clássico exemplo do condicionamento operante é o rato que recebe alimento (reforço positivo) cada vez que pressiona uma alavanca. De acordo com os que acreditam nos “hábitos incorretos aprendidos”, acordar e chamar os pais é como pressionar a alavanca, e a consequente aparição dos pais é o reforço. Porém, na primeira vez que o rato pressiona a alavanca ele o faz por acaso, já que não sabe para que ela serve. Você acha que a criança acorda e chora por acaso, assim como o rato que, dando voltas pela gaiola, pisa acidentalmente em uma alavanca? Ou será que as crianças mostram, desde o nascimento, uma forte tendência a chamar pela mãe? Não, chamar a mãe não é um comportamento aprendido, mas sim inato.

Por outro lado, o rato só pressiona a alavanca se aparecer comida e se ele tiver fome. Se ao apertar a alavanca em vez de comida saírem pepitas de ouro, o rato não vai se dar ao trabalho de ficar apertando. Só serve como reforço aquilo que satisfaz uma necessidade do rato, Nós trabalhamos por dinheiro porque sabemos que com o dinheiro compramos

comida. O rato não entende uma coisa tão difícil e só trabalha pela comida. Implicitamente, os que acreditam que a presença da mãe atua como reforço positivo estão admitindo que essa presença é tão necessária para a criança como o alimento para o rato Dessa forma, a brilhante ideia de "não responda quando o bebê chorar e assim ele vai parar de chorar" é equivalente a "não dê comida ao rato quando ele pressionar a alavanca e assim ele vai parar de pressionar". O problema é que o rato, se não lhe dão comida, morre de fome. E as crianças, o que acontece com elas se não lhes dão atenção?

Alguns pais não querem deixar o filho chorar mas também não querem dormir todos juntos, ou gostariam de tirá-lo logo da cama. Se esse é o seu caso, você gostará de saber que foram propostos métodos para "ensinar as crianças a dormir" sem deixá-las chorar.[63] É claro que não são métodos mágicos, e portanto requerem tempo e paciência. Mas lembre-se de que você não está ensinando ao seu filho algo que ele precisa saber, mas sim algo que lhe convém que ele saiba. Você não está fazendo um favor a ele, mas sim pedindo um favor. Se o seu filho lhe conceder esse favor, você deve se sentir agradecido. E se não, então aguente. Ele não tem nenhuma obrigação.

Um hábito muito difícil de eliminar

A tudo se habitua o homem

Almeida Garret, Viagens na minha terra

No estudo[47] citado anteriormente, a cama compartilhada parece aumentar com a idade: 3% das crianças menores de 15 meses dormem com seus pais, contra 9% dos de 15 a 36 meses. Os autores concluem:

[…] que dormir com os pais é um hábito e que a modificação ou o abandono de um hábito é difícil a longo prazo.

Deveria ser assim, de fato, se se tratasse de um hábito ou de um aprendizado: quanto mais vezes um comportamento tiver sido reforçado, mais frequente ele se tornará e mais difícil será que desapareça. Isso é o que acontece com outros hábitos e outros aprendizados. É mais fácil que uma menina de quatro anos se esqueça de escovar os dentes do que uma mulher de 40. É mais fácil parar de fumar ou de beber quando alguém só provou por alguns meses do que quando já tem o hábito há anos. Os idosos costumam ser especialmente minuciosos com os seus hábitos e qualquer mudança os incomoda ou desorienta. Lembramo-nos perfeitamente das somas e multiplicações que aprendemos na escola porque tivemos que praticá-las com frequência, mas muitos adultos teriam sérias dificuldades para tirar uma raiz quadrada, porque é uma coisa que não fizemos mais desde os 15 anos.

Se dormindo uma única vez na cama dos pais o bebê já adquire esse pernicioso hábito, depois de passar três meses dormindo ali ele será um obstinado criminoso, e aos três anos um pecador irredimível.

Porém, na medicina as coisas não são demonstradas com argumentos, mas sim com estudos. Para afirmar que “o abandono de um hábito é difícil a longo prazo” temos que observar essas crianças a longo prazo e comprovar se abandonaram o hábito ou não. O estudo de Curell e colaboradores só chega até os três anos, não analisa o que acontece depois. Outros investigadores,[64] que também não hesitam em classificar a cama compartilhada como “um mau hábito”, encontraram resultados bem diferentes em uma zona rural da Catalunha: dormiam com os pais 51% das crianças de cinco a 12 meses, 28% dos de 13 meses a três

anos e parece que 0% (pelo menos não são mencionados) dos de três a sete anos Na América do Norte, Rosenfeld e colaboradores[65] também encontraram que a frequência da cama compartilhada diminuía até os dez anos.

Ou seja, o "hábito", além de não ser difícil de quebrar, é quebrado sozinho. Apesar dos pais que continuam reforçando o seu comportamento (ou seja, deixando que durmam na cama deles ou acudindo os filhos quando choram), o "aprendizado", longe de ser reforçado, enfraquece até ser esquecido e as crianças cada vez choram menos à noite e estão mais dispostas a dormir sozinhas. Chegará uma idade em que seu filho não desejará dormir com você por nada nesse mundo. Chegará uma idade em que ele nem sequer desejará dividir o quarto com os irmãos (e se não houver outros quartos já se pode prever um conflito). Esses fatos são incompatíveis com a teoria do aprendizado e demonstram que acordar chorando à noite e procurar a companhia dos pais não são comportamentos aprendidos por reforço, mas comportamentos inatos próprios de uma determinada idade e que desaparecem sozinhos no momento adequado.

De fato, se os hábitos realmente fossem tão "difíceis de quebrar", por que os mesmos que querem impedir o hábito de dormir com a mãe não hesitam em recomendar outros hábitos alternativos? Por exemplo:

Um dos dois [pais] escolhe um boneco do seu filho e lhe dá um nome, digamos Zezinho. Apresenta-se o boneco ao filho e comunica-se a ele que "a partir de hoje, seu amigo Zezinho sempre dormirá contigo".[13]

Você considera normal que o amigo de uma criança não seja um ser humano, mas sim um boneco? E ele não tem que ser qualquer amigo, mas seu melhor amigo, já que os outros

amigos (seus pais) o abandonam e o Zezinho não. Mas voltando ao ponto: ninguém se preocupa que a pobre criança possa acostumar-se a dormir com o Zezinho? Dizem bem claramente: “Sempre dormirá contigo”. Será que os vizinhos e parentes não começarão a criticar? “Quando ele for para o exército terá que levar o boneco”.“Quando ele se casar, na noite de núpcias terá que colocar o boneco no meio da cama.” Não, é claro que ninguém diz essas bobagens. Todos nós concordamos que a criança dormirá com seu boneco durante um tempo, enquanto precisar dele, e que logo o largará. Mais ou menos o mesmo tempo que precisa dormir com a mãe, da qual o boneco não é mais que um triste e frio substituto. E, entretanto, se você teve a coragem de desafiar os preconceitos sociais e deixar que seu filho fique na cama grande, com certeza já terá ouvido dezenas de comentários estúpidos.

Deixá-lo sozinho enquanto ainda está acordado

Parece que é proibido fazer o bebê dormir no colo, ninando-o no bercinho, cantando uma canção de ninar ou fazendo-lhe companhia até que ele durma. Os fanáticos desse mito chegam a exigir que, se algum dia por acaso o bebê dormir fora do berço (quem é que nunca viu um filho dormir no carro, voltando de um passeio?), devem despertá-lo para colocá-lo no berço acordado. Esse mito é justificado pela crença de que na hora de dormir a criança experimenta uma espécie de fixação milagrosa com tudo o que a rodeia. Se ao acordar durante a noite ela não vê exatamente o mesmo que viu no momento em que dormiu, ela entrará em pânico e começará a chorar:

A criança tem que associar o sono com uma série de elementos externos que permaneçam ao seu lado durante toda a noite: berço, ursinho etc.[15]

Ou seja, considera-se que chamar a mãe durante a noite é uma coisa aprendida de forma totalmente mecânica e que a criança a chama somente porque a viu no momento em que dormiu. Um ursinho tem exatamente o mesmo efeito, com a vantagem de que o ursinho pode estar presente a noite toda para tranquilizar a criança, e a mãe não. (Por que não? Porque a mãe se incomoda de ter que aguentar a criança a noite toda, enquanto para o ursinho é indiferente. E se uma mãe não se incomoda, mas na verdade gosta de estar com seu filho? Dá no mesmo que obedeça ao especialista e ponto.)

Curiosamente, entre esses “elementos externos” são mencionados com frequência um mobile pendurado no teto e um pôster na parede. O pequeno detalhe de que quando a criança acorda no meio da noite na escuridão absoluta não consegue ver tais objetos (e portanto, de acordo com a teoria, teria que começar a chorar até que alguém acenda a luz) não parece diminuir em nada a fé dos crentes. O que poderíamos dizer sobre um bebê que vai dormir numa noite de verão, quando ainda há luz, e acorda no meio da noite? Ou do que vai dormir embalado pelo barulho de conversas e televisão, na sua casa ou na casa dos vizinhos, e acorda em silêncio absoluto? Por que há elementos externos cuja desaparição não parece incomodar a criança nem um pouco? Será que há categorias, que uns elementos incomodam mais que outros?

Façamos um experimento. Essa noite, querida mamãe, vá para a cama com seu filho de um ano e com um boneco. Deixe instruções ao seu marido para que, à uma da manhã, ele entre com muito cuidado leve o boneco e vá dormir em outra cama. Amanhã à noite vocês farão o contrário: à uma da manhã, seu marido irá acordá-la e os dois sairão do quarto, deixando o filho com o boneco. Você acha que o seu filho vai reagir da mesma forma nas duas ocasiões? É claro

que não. Quando levarem o boneco, ele nem se alterará. (A não ser que esse boneco seja justamente “o boneco”, esse que algumas crianças arrastam o dia inteiro para todos os lados, o que os psicólogos chamam de objeto de transição. Esse não é mais que um substituto da mãe. As crianças que ficam no colo e dormem com a mãe não costumam ter um objeto de transição porque não precisam dele.)

O que a criança pede à noite não é “a última coisa que viu”, porque não é “a coisa”, mas sim uma pessoa. E não qualquer pessoa. Se seu filho adormece nos braços de um desconhecido, quando acordar à noite quem será que ele vai chamar, o desconhecido ou a mãe?

Existe alguma evidência de que as crianças acordam com maior frequência se seus pais estiveram presentes quando adormeceram? Os únicos estudos científicos realizados para comprovar a veracidade dessa afirmação sao os de Adair e colaboradores, na América do Norte. No primeiro estudo[66] observaram que um de cada três bebês de nove meses costumava adormecer na presença de um dos pais. Durante a semana anterior à pesquisa, os que adormeciam sozinhos tinham acordado três vezes, e os que precisavam de companhia para dormir tinham acordado seis vezes. Os autores sugerem uma relação causal (adormecer acompanhados foi o que os fez acordar mais), mas é fácil imaginar outras explicações. Por exemplo, já que os pediatras e livros para pais recomendam deixar o bebê acordado no bercinho há muitos anos, principalmente nos países anglo-saxões, os pais que não seguem tal conselho poderiam também estar criando os filhos de maneira distinta em outros aspectos. Ou talvez os pais se vejam obrigados a fazer companhia aos filhos justamente porque esses bebês dormem pouco. Ou pode ser que se trate de pais que respondem mais às necessidades dos seus filhos e portanto também se levantam com mais frequência quando os ouvem

chorar, (Nesse estudo, “despertar noturno” significava que os pais tiveram que se levantar para ir acalmar o bebê. Não contaram as vezes que os bebês acordaram mas ninguém lhes deu atenção).

Em um segundo estudo,[67] os mesmos autores deram a vários pais de bebês de quatro meses uma folha de instruções na qual indicavam que se deve sempre deixar o bebê acordado no berço, a ponto de acordá-lo se ele tiver dormido acidentalmente. Aos nove meses, voltavam a passar o mesmo questionário do estudo anterior. Os bebês do primeiro estudo serviam como grupo-controle. A porcentagem de pais que estavam presentes enquanto o bebê adormecia tinha diminuído de 33 para 21%. A média de despertares noturnos por semana caiu de 3,9 a 2,5 e a porcentagem de bebês que acordavam sete ou mais vezes por semana caiu de 27 para 14%. Dentro do grupo experimental, os bebês que dormiam sozinhos só acordavam 1,6 vezes por semana, enquanto os que dormiam acompanhados acordavam seis vezes. Os autores concluem que seu método é altamente eficaz, mas não explicam como uma intervenção que só modificou o comportamento de 12% dos pais pôde ser “tão” eficaz a ponto de fazer dormir 13% mais de crianças (é como dizer “este antibiótico é tão bom que 12 pessoas o tomaram e 13 foram curadas”).

Também é surpreendente que as crianças que adormecem sozinhas no primeiro grupo acordam três vezes, e no segundo grupo 1,6 vezes, quase a metade. Por que essa mudança tão grande quando se supõe que estão fazendo a mesma coisa? Ou o número de vezes que um bebê acorda é tão variável que a diferença é casual e não tem importância (e nesse caso, que valor tem o resto do estudo?), ou esses pais estão fazendo uma coisa que não faziam antes. É curioso, escrevi aos autores e lhes pedi a folha de instruções que foi entregue aos pais no grupo experimental. Acontece

que, além de recomendar que pusessem o bebê no berço acordado, indicavam que se ele acordasse durante a noite os pais deveriam “esperar uns minutos” antes de acudi-lo para ver se ele voltaria a dormir sozinho (Kobin H. Adair, comunicação pessoal, 1992) Pode-se imaginar que alguns pais seguiram os dois conselhos enquanto outros não seguiram nenhum dos dois. Os pais que fazem companhia ao bebê quando ele dorme o acodem imediatamente quando ele acorda. Os pais que deixam o bebê dormir sozinho se fazem de preguiçosos e não o atendem quando ele chora. Uma vez que só são contabilizados como despertares aqueles episódios em que os pais atendem os filhos, esse conselho desvirtua os resultados, criando uma falsa associação entre deixar o bebê acordado no berço e o fato de não atendê-lo.

As crianças, a cama e o sexo

Dizem que um bebê no quarto interfere com a vida sexual do casal. Mas isso não é verdade. Os bebês, quando dormem, dormem profundamente, e até mesmo quando o bebê dorme na cama dos pais é possível, depois que ele já tiver adormecido, tirá-lo e deixá-lo um pouquinho no seu bercinho. É verdade que ele pode acordar de repente, mas isso também pode acontecer se ele estiver dormindo em outro quarto e, se alguém não for correndo, em dois minutos ele pode estar esgoelando. Além disso, o dia tem muitas horas e a casa tem muitos quartos. Se você não consegue encontrar uma maneira de manter as relações sexuais, não coloque a culpa no bebê.

Uma versão extrema desse mito sugere que a mãe coloca o bebê na cama de casal como barreira contra o marido:

Se existem tensões entre os pais, colocar o bebê na cama pode servir para evitar o confronto e a intimidade sexual

[…], ao invés de ajudar o filho, ela o usa para não ter que enfrentar e solucionar seus próprios problemas.[17]

Eu considero esse tipo de comentário ofensivo. É claro que há casamentos com problemas, mas por que isso é a primeira coisa que pensam uns desmiolados quando veem um bebê na cama dos pais? Por que ninguém faz o comentário oposto? ("Se existem tensões entre mãe e filho, colocar o marido na cama pode servir para evitar o confronto e o contato próximo da amamentação […], ao invés de ajudar o marido, ela o usa para não ter que enfrentar e solucionar seus próprios problemas")

E um comentário ofensivo para a mãe (a acusam de não amar o marido só porque ela ama o filho) e para o pai. Para "evitar a intimidade sexual", se seu marido é uma pessoa normal, é suficiente soltar o típico "estou com dor de cabeça". Se um marido é tão bruto a ponto de não respeitar essa negativa, será que ele se frearia pela presença de um simples bebê? E se a presença do bebê é a única coisa que impede uma esposa de ser violada pelo seu próprio marido, que direito temos de privá-la dessa última e desesperada defesa?

O CHORO TERAPÊUTICO

> *Ele olhou para sua digna esposa com um olhar de grande satisfação e lhe implorou, de maneira animadora, que ela chorasse o mais forte que pudesse: o exercício sendo visto pelos médicos como uma grande contribuição para a saúde. "Chorar abre os pulmões, lava o semblante, exercita os olhos e suaviza o temperamento", disse o Sr Bumble, "Então chore. "*

Dickens, Oliver Twist

Gritar é um exercício muito saudável que provoca uma excelente ventilação dos pulmões.

Stirnimann[33]

E os pneumologistas ainda não descobriram isso! Vão descobrir que o choro é o melhor tratamento para a bronquite crônica e a asma!

Mas agora eu não queria falar do choro e dos pulmões, um tema tão batido que Dickens já fazia piada dele cem anos antes que Stirnimann voltasse a falar dele a sério, mas de uma nova teoria mais insidiosa.

A doutora Aletha Solter recomenda tratar as crianças com carinho e respeito, pegá-las muito no colo, dormir com elas, dar o peito. Muitas mães que seguem essa linha gostam muito dos seus livros. Mas ao chegar no assunto do choro, ela faz algumas afirmações mais que discutíveis Primeiro, ela atribui às lágrimas uma curiosa função excretora, como se complementassem os rins:[68]

Os estudos demonstraram que pessoas de todas as idades se beneficiam de um "bom choro" e que as lágrimas ajudam a restaurar o equilíbrio químico do corpo afetado pelo estresse.

E, obviamente, se o choro é bom deve-se deixar o bebê chorar:

Mas se o bebê continua incomodado ou "chiliquento" depois que tivermos satisfeito suas necessidades primárias, deveríamos pegá-lo no colo com carinho e permitir que ele continue chorando.

Eu poderia concordar com essa frase se as necessidades do bebê (e não só as primárias) tiverem sido satisfeitas. É

verdade que às vezes não sabemos o que está acontecendo com um bebê, que já tentamos fazer de tudo e não conseguimos acalmá-lo, e que em tais casos o melhor que nos resta fazer é pegá-los no colo e dar a eles nosso carinho e nossa companhia. O problema é que Solter parece ser contra consolar as crianças que choram:

É muito provável que nossos pais tenham tentado constantemente parar o nosso choro quando éramos bebês. Talvez nos dessem a chupeta ou doces, ou nos embalassem cada vez que chorávamos, pensando que isso era o que necessitávamos.

Ela considera que embalar os bebês, dar o peito em livre demanda, distraí-los ou fazer cosquinhas são manobras repressivas que os impedem de chorar e, portanto, fazem mal a eles. Algumas mães, seduzidas por essa teoria, param de tentar consolar os filhos. E quando eles, obviamente, choram mais que nunca, Solter tenta convencê-las de que isso é um bom sinal: eles estão finalmente chorando o choro reprimido, o que elas não haviam permitido que expressassem pelo excesso de mimos.

Não, não acredito nessa teoria. Não é nada mais que o mesmo de antes mas com outra cara. É deixar a criança chorar, mas com outra base teórica tão absurda quanto a da expansão dos pulmões. Solter nega a criança qualquer capacidade de decisão: se a mãe acredita que o filho tem fome, ela dá o peito porque acha que ele precisa disso. Mas se ela acha que ele não está com fome, então ela decide que o que o bebê precisa é de chorar. E quem é ela para decidir se a criança tem fome ou não, se precisa do peito ou se precisa chorar? Prevendo que a mãe não terá nenhum motivo objetivo para tomar uma decisão, Solter propõe a recuperação dos horários rígidos: se o bebê chora fora de hora, evidentemente “não pode” ser fome. O relógio

conhece as necessidades do bebê melhor do que o próprio interessado! O que ela propõe é que digamos aos nossos filhos: “Eu sei que se te embalo, te acaricio, te dou o peito ou a chupeta, você vai parar de chorar, mas não vou fazer isso porque quero que você chore. Sempre vou te oferecer ficar quietinho no colo, mesmo que você esteja me pedindo uma outra coisa diferente”. Eu considero isso absurdamente cruel.

Acho que as crianças, assim como os adultos, choram para se comunicar, para pedir ajuda. Normalmente, quando estamos sozinhos, choramos em silêncio, ou sorrimos em silêncio. Choramos a gritos ou rimos a gargalhadas quando estamos acompanhados, quando alguém

pode nos ouvir. As crianças choram para que façamos alguma coisa, não para que olhemos para elas impassíveis. E se nos sentimos melhor depois de chorar, não é porque eliminamos substâncias tóxicas, mas porque o choro provocou uma reação nos outros, porque nos consola ram e cuidaram de nós.[5]

FAMÍLIA, SOCIEDADE LIMITADA

> *Mas como instinto é da raça humana Que o que é vedado mais, mais se deseja.*

Torquato Tasso, Jerusalém libertada

Ensinar limites às crianças é outra das modas da puericultura. Escrevem -se livros inteiros dedicados a essa nova ciência.[69] É claro que os limites são impostos para o bem da criança:

Os limites são meios de ajuda, pilares importantes para limitar o terreno de jogo, para que a criança possa mover-se

nele de maneira segura e protegida.

Claro, é importante definir limites para as crianças porque, senão, não teriam limites. Alguém pode imaginar o quão terrível seria isso?

Uma criança sem limites arrancaria os olhos de todos os seus amigos, comeria 200 balas em cinco minutos, pularia da varanda. Uma criança sem limites seria uma coisa tão terrível, assustadora e repugnante que… que… Como é que nunca vimos uma? Como seria uma criança sem limites?

Uma menina sem limites

Marta está muito feliz na cama, mas a mamãe chamou e ela tem que levantar. Por que ela não pode ficar mais meia hora?

Ou melhor, não ir à escola? Tinha que ser sempre férias, para todos os dias ela poder ir à praia ou andar de bicicleta. Ou talvez andar a cavalo. Se ela tivesse um cavalo, lhe daria açúcar e cenouras e cavalgaria sozinha e descobriria novos países. Bom, sozinha não, iria com a Isabel, que é legal…

Um grito da mãe a tira do seu devaneio. Tá bom, já vou levantar… Que chato, ter que tomar banho com essa água fria. E este sabonete tem um cheiro horrível. Na casa da Isabel tem um sabonete com um cheiro muito bom. Eu não gosto nem um pouco desse vestido. E os tênis Cosme®, que vergonha, todas as meninas da escola usam os tênis Acme®, mas o papai insiste que não vai comprar outro tênis enquanto estes não estragarem…

Faz tempo que Marta desistiu de pedir mais chocolate no leite, não tem jeito de fazer a mamãe entender que ele tem que ficar todo escuro. Biscoitos redondos! Os bons são os

quadrados. Escovar os dentes depois de tomar café? Mas, mamãe, minhas amigas só escovam os dentes antes de deitar. Bom, tudo bem… A pasta de dente arde, nunca tem pasta de morango?

Tem que levar a mochila com os livros. Tem que andar até a escola. A mamãe não quer ir de carro porque ela fala que não tira o carro para andar 200 metros. Marta se detém para olhar a vitrine da loja de brinquedos, pede o trem elétrico, "pede pro Papai Noel", puxão no braço. Ela para se equilibrando no meio-fio, puxão no braço. Dá um chute numa pedra, puxão no braço. Para um momento para ver um cachorro fazendo xixi na parede, puxão no braço. Mete o pé numa poça, puxão e gritos.

A escola é um saco. Você não pode levantar quando quiser, não pode sentar ao lado da Isabel, não pode conversar, não pode rir, tem que olhar a professora, tem que escutar a professora. Entrega os deveres, abre o livro, tira um papel, ditado, não senta com a coluna torta, você não vê que tem que apontar o lápis? Faça os exercícios da página 30, desenhe uma vaca, para amanhã os exercícios da página 42. Vamos ver, Marta, fale a tabuada do 3… Desde quando 3 vezes 6 é 19? Alguém pode dizer à Marta quanto é 3 vezes 6? A Isabel fala que não é mais sua amiga porque te viu brincando com a Sônia. Então fala com a Isabel que ela é boba, que eu brinco com quem eu quiser. Meninas, o que vocês têm pra dizer que é tão importante que não pode esperar o final da aula? Por que vocês não falam alto pra que todo mundo possa escutar?

Outra vez ervilhas no almoço! E a boba da Isabel, que não quer sentar comigo. Olha como ela fala com a Ana, só pra me fazer raiva. Eca, peixe!

A volta para casa não pode ser mais animada. Há puxões no braço na frente da padaria (não tem croissant de chocolate!), na frente da loja de brinquedos (não tem trem elétrico!), na frente da loja de computadores (não tem jogo novo!), na frente da banca de revistas (não tem chicletes!). Marta, chega, você hoje está me tirando do sério! (sim, hoje e ontem e todos os dias).

Tem que trocar os sapatos antes de brincar. Tem que fazer os deveres antes de ver televisão. Tem que parar de ver televisão neste momento, mesmo que esteja superinteressante, para jantar. Tem que ajudar a pôr a mesa antes de jantar. Tem que lavar as mãos antes de pôr a mesa. Já falei 20 vezes pra você lavar as mãos. Olha como estão as suas mãos! Ah, não! Ervilhas outra vez! Mas nem pensar. Mamãe, tem ovo frito? O quêee? Peixe?

Tem mousse de chocolate? Primeiro você tem que comer a fruta. Não quero fruta. A fruta faz bem para a saúde. Não quero. Você tem que comer uma pera. Não, pera não, não tem banana? Não, pera ou maçã. Não quero, quero mousse. Menina, não responda à sua mãe. Buaaaaa!

— Tá bom, toma o mousse e cala a boca!

Parem a imagem. Chamem a polícia. Vocês viram o que acabou de acontecer? Marta conseguiu o que queria. Bastou ela choramingar um pouco para fazer a mãe de gato e sapato. É a típica menina que SEMPRE consegue as coisas do seu jeito. Totalmente malcriada E tudo porque seus pais não souberam lhe ensinar limites. Eles dão TUDO o que ela pede! Essa menina terá graves problemas de com portamento:

As crianças que têm todos seus desejos satisfeitos costumam sentir-se profundamente tristes, já que no fim

elas nunca têm o suficiente. Os pais que mimam seus filhos sem limite fazem com que suas exigência sejam cada vez maiores.[69]

Não, não se assuste. Não vai acontecer nada de ruim com a Marta por “ter conseguido o que queria”. Pelo contrário, provavelmente conseguir o que querem de vez em quando, ver que em algumas ocasiões não são um mero brinquedo do destino, mas que podem fazer alguma coisa, desejar alguma coisa, conseguir alguma coisa e influenciar os outros é uma experiência necessária para o desenvolvimento da personalidade. Porque Marta, como todas as crianças, está cedendo e obedecendo dezenas, centenas de vezes por dia.

Ao exigir seu mousse, Marta está aprendendo a expor com clareza seu ponto de vista e a exigir respeito. Em alguns anos ela saberá fazer isso sem gritar nem chorar, e quando ela for adulta veremos que essas qualidade são positivas. Sua mãe está demonstrando que a ama de verdade, ou seja, que a valoriza como ser humano e que dá importância as suas opiniões e palavras. Com seu exemplo, a mamãe está ensinando Marta a ceder. Para fazer isso ainda melhor, poderia ter ensinado a ceder com elegância, e em vez de gritar: “Tá bom, toma o mousse e cala a boca!” poderia ter dito, sem levantar a voz: “Tudo bem, se você prefere o mousse, então vamos comer o mousse”.

Devemos então dar aos nossos filhos tudo o que eles pedirem? É claro que não. Mas não porque isso os estragaria, mas simplesmente porque é impossível.

Não existem crianças sem limites. Fatores físicos que nem a criança nem seus pais podem modificar já impõem limites consideráveis. Seu filho não pode voar. Nem ganha sempre quando brinca com os amigos, nem pode evitar que a chuva estrague um dia de praia.

Outras vezes você o obriga a fazer umas coisas ou o proíbe de fazer outras por motivos mais que justificados (ou pelo menos que você acha que parecem justificados, embora outras famílias possam ter opiniões diferentes). Ele tem que ir à escola, tem que fazer os deveres, tem que vir jantar, tem que lavar as mãos. Não pode comer tantos doces, já comeu muito sorvete, não temos dinheiro para ir a Paris nas férias, o videogame é muito caro, não gosto que você passe tanto tempo na frente da televisão, você não pode andar de bicicleta pela cidade porque há muitos carros, guarda o brinquedo porque vamos visitar a vovó, você tem que tomar banho, cata a roupa suja, não encoste na válvula de gás, não podemos ter um cachorro em um apartamento…

Se os limites fossem realmente necessários para a felicidade das crianças e para a formação da sua personalidade e do seu caráter, não há dúvidas de que todas as crianças, ricas e pobres, educadas com rigidez e “mimadas”, têm todos os dias centenas de oportunidades para desfrutar de tais limites.

A propósito, por que é que supomos que justamente a criança precisa de limites para ser feliz, gosta de tê-los e é infeliz sem eles? Será que nossos filhos são tão diferentes, tão alienígenas que sofrem ou desfrutam justamente com o contrário que nos faz sofrer ou nos alegra? Com os adultos costuma acontecer o contrário: os limites nos fazem infelizes (o amor não correspondido, as férias que não podemos ter, o carro que não podemos pagar, a dieta sem colesterol, a casa pequena demais, o jogo que nosso time perde…), enquanto as coisas que conseguimos e os objetivos que alcançamos contribuem para a nossa felicidade.

O que pode ter de certo na ideia de que a falta de limites faz com que as crianças sejam infelizes?

Imaginemos que numa quinta-feira Luisinho recorta com mais ou menos habilidade as fotos de uma revista velha. O papai fala que ele está fazendo muito bem, e quando a mamãe chega do trabalho o papai explica com orgulho na frente do menino: “Olha que bem recortado, como ele segue os contornos. Parece mentira que ele só tem dois anos, de tão esperto que é”.

Estimulado, no sábado Luisinho tenta repetir sua façanha, mas, oh, surpresa, a mamãe grita com ele: “Mas o que é que você está fazendo, seu infeliz, estragando as revistas! Mas esse menino está acabando comigo!”; e o papai se une ao xingamento:“Você se comportou muito mal, esta tarde ficará de castigo, sem televisão”.

Acredito que é a isso que se referem os que afirmam que as crianças não são felizes se não tiverem limites claros e consistentes, se não vivem em um ambiente previsível. Se o que ontem produzia elogios (ou indiferença) desencadeia hoje gritos e castigos, a criança não pode ser muito feliz, obviamente.

Mas é a inconsistência on são os gritos o que faz a criança infeliz? Porque esses pais poderiam ser mais consistentes de duas maneiras bem diferentes:

— A partir de agora, elogiá-lo cada vez que ele recortar revistas.

— A partir de agora, gritar e castigá-lo cada vez que ele recortar revistas.

Em ambos os casos a regra é clara e os resultados são previsíveis. De acordo com alguns teóricos, Luisinho deveria ser igualmente feliz com ambas as posturas. Mas nós suspeitamos que não, que Luisinho preferiria mil vezes a primeira opção.

Se, ao contrário, eliminamos os gritos e castigos, as inconsistências não parecem tão terríveis. As vezes Luisinho recorta e seus pais ficam babando. Outras vezes, Luisinho recorta e seus pais não dizem nada. De vez em quando, Luisinho recorta e seus pais lhe dizem, amorosamente e sem gritar: “Já chega de recortar”, “não pegue as tesouras que você pode se machucar” ou “deixe a revista, não a estrague”. Aqui a reação dos pais é imprevisível, variando desde a muito positiva até a moderadamente negativa. Você acha que Luisinho será infeliz por isso? Eu acredito que não, que nem os nossos filhos são tão frágeis nem nós, os pais, somo tão consistentes. A maioria de nós responde de maneiras distintas em diferentes ocasiões, de acordo com nosso humor prévio, nossas preocupações do momento ou simplesmente por acaso. E não somos inconsistentes somente na maneira de tratar nossos filhos, mas também em muitos outros aspectos da nossa vida. A capacidade para adaptar os limites às situações chama-se flexibilidade e é uma virtude que também convém ensinar (com o exemplo) aos nossos filhos. A incapacidade para manter fixos os limites que nós mesmos estabelecemos ontem chama-se fraqueza humana, e compreendê-la é uma virtude que nosso filhos também aprenderão.

Por outro lado, mesmo que os limites sejam fixos, imutáveis, claros, consistentes e previsíveis, é possível que nosso filho não perceba isso. É possível que sua idade ou sua ignorância o impeçam de apreciar todos os matizes da situação e que nossas respostas lógicas, razoáveis e racionais lhe pareçam caóticas e absurdas. Se você estava pensando que os pais de Luisinho estão um pouco perturbados para mudar tanto de opinião de um dia para o outro, saiba que não, que são pais muito normais. Mas algumas vezes Luisinho recorta uma revista que iam jogar fora e, outras, uns fascículos que sua mãe coleciona. Umas vezes usa umas tesourinhas infantis sem ponta nem corte e, outras, pega por um

descuido as tesouras afiadas de costura que poderiam ser a arma de um crime em qualquer filme. Algumas vezes recorta revistas na hora de brincar e outras vezes empenha-se em fazer isso na hora de tomar banho ou de jantar. Umas vezes recorta no corredor e outras na sala, enchendo o chão de pedacinhos de confete e, de quebra, dando umas tesouradas no tapete persa. Não é verdade que os pais tinham razão em responder de maneira distinta? Que diferença há para a criança entre limites que são arbitrariamente mutáveis e outros que são consistentes, se ela não for capaz de compreendê-los?

Não, não estou defendendo que não devemos impor limites aos nossos filhos, pelo simples motivo de que isso é impossível. O que eu peço é que não imponhamos limites artificiais e artificiosos. Se nosso filho nos pede alguma coisa que não prejudica a sua saúde, que não destrói o meio ambiente, que podemos pagar e que temos tempo para dar... Não vamos proibi-lo somente “para marcar limites” ou “para que ele se acostume a obedecer”.

Se lhe negamos alguma coisa e vemos que a sua reação é “desproporcionada”, não será porque avaliamos mal as circunstâncias, porque o que acabamos de negar é muito mais importante para ele do que pensávamos? Vamos reavaliar nossa decisão à luz desse novo conhecimento: ele realmente vai pegar lepra se tomar banho amanhã em vez de hoje? Vai acabar o mundo se em vez de sair para passear agora esperamos que acabem os seus desenhos favoritos? Ele vai morrer de frio se não puser o agasalho?

Se, finalmente, apesar de tudo decidimos não ceder, se ele tem que ir à escola, tem que acabar os deveres, tem que apagar a televisão nesse minuto, seremos capazes de usar nossa autoridade sem prepotência, de não adicionar gritos e ofensas às nossas ordens, de tolerar a frustração do nosso

filho e aceitar que ele obedeça resmungando e não com um sorriso nos lábios como as crianças boazinhas dos filmes? Dizem que os granadeiros de Napoleão “resmungavam e o seguiam sempre”.[7]” Nem mesmo ele conseguiu que o obedecessem sem pestanejar.

Ligada ao tema dos limites está a difundida crença de que as crianças pequenas dedicam-se a uma atividade curiosa e exclusiva conhecida como “testar os limites”. Exclusiva porque nenhum adulto a pratica, que eu saiba.

Por exemplo, imagine que uma amiga vem à sua casa uma tarde para fazer uma visita. “Ah, que vaso mais lindo!” Ela pega o vaso, o admira, ele escorrega da sua mão… E o vaso (porcelana chinesa antiga, lembrança da sua avó) está todo estilhaçado. Por que será que sua amiga fez isso? Está testando os limites. Se você não a castigar nesse momento, a partir de agora ela se dedicará a quebrar todos os vasos que encontrar pela frente, e provavelmente também a desenhar nas paredes e a abrir a válvula do gás porque terá perdido o respeito por você.

Que bobagem! Ela quebrou o vaso sem querer, está muito pesarosa, pedirá mil desculpas, mesmo que você garanta que não tem problema, e não se atreverá a chegar perto de nenhum vaso por muitos anos.

E se a sua filha quebra o vaso? O que leva você a pensar que seus motivos são diferentes?

O que é diferente, de qualquer modo, é o conhecimento e a experiência. Uma menina de dois anos ainda não sabe que a porcelana quebra e o plástico não, e além disso é fisicamente incapaz de ficar quieta e é mais estabanada com as mãos. É claro que você tem que ir ensinando a ela com paciência quais coisas são de brincar e quais não são, e

como tratar os objetos frágeis com cuidado. Mas sua filha não pensou em nenhum momento: “Vamos ver até onde eu posso chegar. Vou quebrar um vaso e se colar, colou”. Foi você quem cometeu uma imprudência ao deixar ao alcance de uma menina de dois anos um vaso de grande valor. Quando temos crianças, todos os objetos valiosos são guardados no alto e não os tiramos de lá até que o filho menor esteja civilizado. E uma boa ocasião para deixar à mão todos os presentes horríveis que você foi ganhando e dos quais não sabe como se desfazer.

O que você pode fazer se sua filha acaba de quebrar um vaso de grande valor? Escolha uma das seguintes opções: a) Um tapa na mãozinha. b) Mas olha o que você fez! Eu já falei 20 vezes pra você ter cuidado! Eu estou de saco cheio! c) Castigada sem ir ao parque. d) Eu gostava muito desse vaso, ele valia muito dinheiro e era a única lembrança que eu tinha da minha avó. Agora vou sofrer muito por sua culpa, espero que você esteja feliz. e) Você terá que pagar pelo menos uma parte do vaso, então você vai receber só metade da mesada daqui até o Natal. f) Ah, que pena, o vaso quebrou! Você precisa ter muito cuidado, os vasos não são brinquedos. Vem, agora nós temos que limpar os cacos com a vassoura. g) Não importa, afinal era só um vaso velho.

Observe que se o vaso foi quebrado pela sua amiga, sua vizinha ou sua cunhada, não resta a menor dúvida: você escolheria sempre a opção “g”. Insistiría nela, repetiría sem parar enquanto a outra pessoa se desmancharia em desculpas. Pois bem, eu acho que é também a opção mais adequada para sua filha de oito anos. Ela já sabe perfeitamente que o vaso é importante e que se deve ter cuidado, que você ficou triste e que está dissimulando por educação. Ela está triste, envergonhada e daria qualquer coisa por não ter quebrado o vaso. Não necessita repreensões nem discursos.

A opção “e” está muito difundida para crianças mais velhas, mas me parece um pouco mesquinha. Você nunca pediria dinheiro à sua amiga e nem aceitaria se ela oferecesse, mesmo que ela tenha um bom salário. Como você vai pedir dinheiro à sua filha, que é menor de idade e não ganha o suficiente nem para comprar sorvetes?

Se é a sua filha de dois anos quem quebra o vaso, a opção “g” pode ser inadequada. Ela poderia achar que realmente não há diferença entre quebrar um vaso chinês e estourar um balão. Nessa idade, uma resposta parecida à “f” é respeitosa, compreensível e informativa. E guarde os outros objetos decorativos em um lugar seguro, porque uma criança tão pequena nem sempre entende as coisas da primeira vez.

A permissividade: medo da liberdade

Não me considero permissivo.

Dr. Spock

Benjamin Spock é o autor de Baby and Child Care, traduzido para o português como Meu filho, men tesouro, o livro sobre puericultura mais vendido (dezenas de milhões de exemplares) e influente desde a sua primeira edição, em 1945. Dr. Spock também foi uma pessoa comprometida politicamente, manifestou-se contra a intervenção norte-americana no Vietnã e a favor do desarmamento nuclear. Ele foi frequentemente acusado de ser permissivo, tanto que no Prólogo à edição de 1985,[71] ele se viu obrigado a se defender:

A acusação surgiu pela primeira vez em 1968…, 22 anos depois da aparição do livra, e vinha de várias pessoas destacadas, que contestavam energicamente minha

oposição à guerra do Vietnã. Disseram que meus conselhos aos pais, de oferecer "uma gratificação imediata" aos seus bebês e filhos, era o que fazia com que tanto jovens que se opunham à guerra fossem "irresponsáveis, indisciplinados e antipatrióticos". Neste livro não se fala de gratificação imediata.

Certamente não existe tal coisa. Em vez disso, vejamos algumas de suas advertências:

A partir dos três meses de idade [...] a criança deve acostumar-se a dormir sozinha no seu berço, sem necessidade de companhia. Se a criança dorme com os pais, é aconselhável separá-la quando tiver seis meses.

Além disso, se a criança estiver doente ou tão ansiosa que deseja passar a noite toda na cama dos pais, além de consultar o médico (se melhante desejo deve ser patológico, é claro), recomenda-se que os pais vão até o quarto da criança para tranquilizá-la:"Permaneça sentada com ela até que ela adormeça".

Também se permite que os pais aceitem as crianças na cama de casal pela manhã, para que sejam mimadas, "sempre que isso não fizer com que qualquer um dos pais se sinta inquieto, porque isso estimula sensações sexuais". Sensações que duas linhas depois são atribuídas a "avanços sexuais" da criança. Não parece inacreditavelmente retorcido? O primeiro que vem à mente quando uma criança pequena vai para a cama dos pais para beijá-los ou pular no colchão é que possa haver uma inquietante sensação sexual, além de tudo iniciada pela criança. Entretanto, em muitas outras situações da vida cotidiana, objetivamente bastante mais comprometedoras, ninguém adverte sobre coisas similares. Em nenhum livro encontraremos advertências como "você pode ir à praia, sempre que a

observação dos corpos seminus não estimule sensações sexuais” ou “é claro que andar de metrô é mais ecológico que usar seu próprio carro, mas pergunte-se antes de subir no trem ou no ônibus se você não está na verdade procurando uma roçadura concupiscente”.

O dr. Spock também não é muito partidário de pegar as crianças no colo ou de dar a elas muita atenção:

Não é necessário pegar o bebê no colo assim que ele acordar. Pode se mimar um bebê de poucos meses de idade ocupando-se dele em excesso.

Tudo isso não é muito diferente do que disseram muitos outros especialistas antigos e modernos. Se eu dedico ao dr. Spock um espaço nessa seção de “teorias com as quais não estou de acordo”, não é porque ele seja pior do que outros autores, já que ele não é, mas sim por essa falsa fama de permissivo que o rodeia. Alguns pais podem acreditar nisso. E se fazer um bebê dormir sozinho e pegá-lo pouco no colo é ser permissivo, então o que será preciso fazer para ser “firme”?

DEFENDÊ-LA E NÃO CORRIGI-LA

> *Procure sempre acertar a razão no honrado e principal; mas, se acertar mal, deve defendê-la e não corrigi-la.*
>
> Guillén de Castro, *Las mocedades del Cid*

Os pais costumam receber o conselho de nunca voltar atrás quando tiverem tomado uma decisão. Se você ceder uma vez, terá que ceder sempre. Ela perderá o respeito. Você não deve escutar suas reclamações ou se rebaixar a discutir a sua autoridade com a criança em nenhuma circunstância.

Um pai que cede diante da birra de uma criança seria, de acordo com os defensores desse mito, um mau pai, um ser fraco e patético que machuca a si mesmo mas machuca ainda mais o filho, a quem ensina como conseguir sempre o que quer à base de gritos e protestos. Um pai que cede diante de uma birra é… Como eu poderia explicar? Como um empresário que cede diante de uma greve ou um governo que negocia com os manifestantes.

Ah, não, claro que não. Os empresários têm que atender às justas reivindicações dos operários, os governos têm que escutar a vontade popular expressa no sagrado direito de manifestar. Um governo que tivesse como regra não ceder jamais, não voltar nunca atrás nas suas decisões, não negociar, ignorar os manifestantes, seria um governo ditatorial, antidemocrático, ineficaz. Em todo o planeta, aqueles governos que mais negociam, que mais escutam e que mais cedem são os que contam com o maior amor e respeito dos seus cidadãos. Enquanto os outros, os inflexíveis, os que parecem ter o poder absoluto, estão sempre expostos a cair em uma revolução.

Por que deveria ser diferente com as crianças? Por que nos pais se considera uma virtude o que em qualquer outra figura de autoridade se consideraria tirania e prepotência?

Nicolaÿ[72] explica com vivacidade os perigos de ceder a um filho:

— Mamãe, me dá um damasco.

— O que é isso, menina! Você está louca? Você acaba de se recuperar de uma doença, o médico proibiu as frutas completamente, pode tirar essa ideia da cabeça!

A menina resmunga.

— Não, não vai adiantar! Já falei que não. Você ouviu?

Os gritos aumentam e o tom muda; ou seja, a mamãe começa a amolecer.

— Mas, minha filha, você quer ficar doente? Eu te garanto que não há nada pior que fruta no verão!

A cena continua com chantagens emocionais, gritos de ambas as partes, a mãe que oferece meio damasco, a filha que insiste, a mãe que dá o damasco inteiro:

—Toma! Pega esse maldito damasco! Toma, você quer dois, três? Come!

Se você explodir, melhor ainda! Vai ser bem feito! Vou ficar feliz!

O leitor moderno não nota uma coisa curiosa? Há vários pontos que chamam a minha atenção: que doença será essa na qual os damascos são proibidos? Qual é o problema de comer frutas no verão? Eles passavam o verão inteiro sem comer frutas?

Nicolaÿ tentava mostrar os “terríveis” efeitos da falta de disciplina: a mãe incapaz de impor o seu critério e a menina que “consegue tudo o que quer”. Hoje em dia muitos estariam de acordo com a ideia de fundo, mas o exemplo provavelmente seria o contrário: “Vai, come a fruta, você já sabe que o doutor disse que é muito saudável e que tem muitas vitaminas”. “Não quero!” “Bom, tudo bem, não come fruta se você não tiver vontade. Se seus dentes caírem e você ficar cega, vai ser bem feito!”

Uma vez que se contradizem totalmente, pelo menos uma das duas mães deve estar equivocada. É até provável que as duas estejam equivocadas. Em nome de que princípio moral

ou pedagógico deve-se impor o critério dos pais, mesmo que eles estejam errados, e deve-se submeter a criança, mesmo que ela tenha razão? Pode ser que a obediência cega à autoridade parecesse lógica aos súditos do século XIX, mas os cidadãos do século XXI deveriam ter maiores aspirações.

É verdade que a mãe da história comete alguns erros, mas seu erro não é ceder. O primeiro erro (que não é dela, é claro, mas sim do médico que a aconselhou) é acreditar que uma criança pode adoecer por comer fruta. (A mãe moderna costuma sofrer pelo erro contrário, igualmente difundido por alguns médicos: que uma criança pode adoecer por não comer fruta.) O segundo erro é não ter cedido antes. Ela agia, alguns dirão, sob a forte pressão do seu médico, que a havia advertido sobre os graves perigos do damasco. Mas, nesse caso, ela não deveria ter cedido jamais. Se você está plenamente convencida de que uma coisa é gravemente prejudicial para seu filho, não pode ceder diante de uma birra nem de mil. Ou por acaso vai deixar seu filho beber água sanitária ou pular da varanda para que ele pare de chorar? Se essa mãe cedeu, não é "para que sua filha se exploda", como disse no surto de raiva, mas justamente porque sabia que ela não explodiria. No fundo do seu coração, essa mãe sabia que o que o médico havia afirmado sobre os graves perigos da fruta no verão é um exagero e que o perigo (se há algum) é bastante leve.

Pois bem, se não era uma questão de vida ou morte, se no fundo ela sabia que não tinha importância, para que tanto escândalo? Se você acha que pode ceder, ceda logo e assim evitará discussões.

O terceiro erro é não ter sido capaz de ceder com elegância. Em vez de rogar pragas selvagens como "tomara que você se exploda!", ou em vez de manipulações mais sutis e talvez mais daninhas como "toma, pega o damasco. Mas você sabe

que a mamãe está muito brava e principalmente muito decepcionada. Você se comportou muito mal", custaria mostrar-se um pouco amável e sair da situação mantendo a elegância e a dignidade? "Tá bom, toma o damasco. Eu não sabia que você gostava tanto...".

Fernand Nicolay foi um jurista e pensador francês, autor de uma obra, Crianças mal educadas,[72] que obteve um grande sucesso editorial: o exemplar que caiu nas minhas mãos é a décima edição espanhola, tradução da vigésima edição francesa. O livro não tem data de edição e, embora a encadernação pareça dos anos 40, o texto parece mais antigo, já que não menciona os carros, nem a rádio, nem os aviões... Consegui mais informação na Internet. O catálogo da Biblioteca Nacional da França contém 15 obras de Nicolay, publicadas entre 1875 e 1922, incluindo três exemplares de Crianças mal educadas de 1890, 1891 e 1907 Só no de 1891 consta o número de edição, e é a décima primeira.

Nicolay afirma que suas propostas não são simples opiniões, mas ciência experimental, pois anotou em uma folha uma lista das crianças bem educadas que conhece e outra lista das mal educadas, "sendo esta longuíssima, interminável", e a seguir analisou os métodos dos pais de uma lista e da outra. Ele descreve com riqueza de detalhes e em vários capítulos a trajetória dessas crianças mal educadas, que ele afirma serem a maioria dos franceses de sua época.

Aos três anos, uma "insubordinação permanente","é a criança quem indica o caminho", só come o que quer… Aos dez anos,"é mais insolente", "grita mais alto", seus pais não se atrevem a dizer "não", ele se acha uma verdadeira figura… Aos 15,"um disparate presunçoso substituiu sua primitiva candura", ele ri da ignorância dos pais, é insolente… Aos 20, "a casa de transforma de acordo com os

caprichos do jovem cavalheiro”, é um inútil mal-agradecido que vive de boné. Quando é maior de idade (depois dos 25 anos) é “inapto e perdulário, preguiçoso e ambicioso, libertino e sem coração”.

Resumimos em um parágrafo mais de 80 páginas, que realmente não têm desperdício. A descrição da criança mal-educada de três anos coincide notavelmente com a de diversos autores modernos:

De uns anos para cá vem-se observando nas crianças uma tendência cada vez mais clara de fazerem tudo o que desejam […]. Com frequência ouvimos alguém dizer: “As crianças de hoje em dia já não ‘respeitam’ nada”. (Langis, 1996)[1]

E aqui vem o cerne da questão, o motivo pelo qual me dei ao trabalho de estabelecer a data da obra. De uns anos para cá? Não, as crianças das quais Nicolay fala não são, amigo leitor, seus filhos, mas seus bisavós. Os seus bisavós, sim, os que foram espantosamente malcriados pelos seus tataravós. Depois o seu bisavô educou mal o seu avô, e este o seu pai, que tendo sido mal-educado quando era pequeno converteu-se em um ser “inapto e perdulário, preguiçoso e ambicioso, libertino e sem coração” e mal educou você. Onde é que estão agora todos aqueles mitos de que “antes respeitavam mais os pais”, “antes havia disciplina”, “na nossa época não nos deixavam sair da linha nem um centímetro”…? A grande maioria das crianças já estava malcriada, de acordo com Nicolay, há mais de um século.

Não, quando cedemos, quando negociamos, quando reconhecemos nossos erros não perdemos o respeito dos nossos filhos. Pelo contrário, é aí quando mais o ganhamos.

Quando cedemos, os estamos ensinando a ceder.[44]

Há muito tempo, quando eu tinha 13 ou 14 anos, meu pai chamou a minha atenção sem motivo. Pelo menos eu não me lembro do motivo, faz muito tempo que me esqueci disso. Entretanto, lembro-me claramente da minha profunda indignação diante de tamanha injustiça. Fui dormir sentido e choroso; e então, oh, milagre!, meu pai veio me dar boa noite e me pediu desculpas. Pedir desculpas a um filho! Não é essa a forma mais garantida de perder a autoridade e o respeito? Pelo contrário. Naquele exato momento todos os seus pecados, passados, presentes e futuros, foram perdoados.

UMA PALMADA NA HORA CERTA

As crianças nunca são pequenas demais para serem açoitadas: como os bifes duros, quanto mais lhes batemos, mais macias ficam.

Edgar Allan Poe, Fifty Suggestions

Um tapa na hora certa pode descarregar a atmosfera tanto para os pais quanto para a criança.

Dr. Spock

Muitos psicólogos e educadores louvaram as excelências das palmadas. Na Espanha, o número de menores maltratados por seus pais e familiares aumentou de 2.600 no ano de 2001 para 6.400 no ano de 2005 (provavelmente não porque o problema tenha aumentado, mas porque se denuncia mais). No mesmo período, entre oito e 16 crianças morreram a cada ano nas mãos de seus pais. São dados da Polícia Nacional e da Guarda Civil, recolhidos pelo Centro Rainha Sofia para o estudo da violência. [92] Isso só inclui, portanto, os maus-tratos graves o suficiente para chegar à polícia, e exclui as ocorrências tratadas pelas polícia autonômicas da Catalunha e do País Basco. Nos Estados Unidos foram contabilizadas 1.185 mortes em 1995, o que representou 34% mais do que dez anos antes.[73] Entretanto, alguns assassinatos esporádicos cometidos por adolescentes desencadearam uma onda de histeria (“estamos criando monstros?”), como se as crianças fossem as que habitualmente maltratam os pais. Cheguei a ouvir um especialista de renome afirmar em um debate na rádio que isso era uma consequência da intromissão do Estado na esfera familiar, pois anos atrás tinha sido proibido por lei

bater nas crianças. Um tabefe na hora certa teria evitado esses crimes! A criança que aos oito anos recebe uma boa palmada dos pais aprende que os conflitos são resolvidos a tapas e que os fortes podem impor seus pontos de vista sobre os fracos. Ignoro como esse ensinamento precoce e esse vivo exemplo ajudam a impedir que ele se converta em um adolescente assassino.

Vejamos um caso concreto. Jaime se considera um bom esposo e um pai tolerante, mas há coisas que o fazem perder a linha. Sônia tem um caráter difícil, nunca obedece e ainda por cima é respondona. Ela "se esquece" de arrumar a cama, mesmo que a lembrem 20 vezes. É caprichosa com a comida, quando não gosta de uma coisa nem prova. Quando apagam a televisão, ela volta a ligá-la sem sequer olhar para quem a apagou. Pega dinheiro da sua carteira sem sequer se dar ao trabalho de pedir "por favor". Interrompe as conversas constantemente Quando fica brava (o que acontece com frequência), começa a chorai e vai correndo para o quarto batendo a porta. As vezes ela se tranca no banheiro. Nesses momentos, nenhum argumento consegue tranquilizá-la. Na verdade, uma vez tiveram que abrir a porta do banheiro a chutes. Mas o que realmente tira Jaime do sério é quando ela falta com o respeito. Ontem à noite, por exemplo, Sônia pegou umas folhas do escritório para desenhar. "Já falei pra você não pegar os papéis do escritório sem pedir permissão", lhe disse Jaime. "Mas o que você está achando? Eu pego os papéis que eu quiser!", respondeu Sônia. Jaime lhe deu uma palmada, gritando: "Não fale assim comigo. Peça desculpas agora mesmo!". Mas Sônia, longe de reconhecer o seu erro, respondeu com o maior atrevimento:"Peça desculpas você!". Jaime lhe deu outra palmada e ela então gritou: "Idiota!", e saiu correndo. Jaime teve que fazer um verdadeiro esforço para se conter e não segui-la. Nesses casos é melhor se acalmar e contar devagar

até dez. É claro que Sônia estará de castigo em casa o fim de semana inteiro.

A história acaba aqui. Suponhamos agora que Sônia tem sete anos e Jaime é o seu pai. E você, o que acha? Esse não é um desses casos em que qualquer um perderia o controle? Essa palmada não serviu para descarregar a atmosfera, como dizia tão bem o dr. Spock? O que podem fazer em um caso desses esses fanáticos que proibiram por lei as palmadas? Vão denunciar esse pai diante dos tribunais por dar um tapa em uma menina que, convenhamos, mereceu bastante? Não é melhor deixar que esses problemas sejam resolvidos no âmbito familiar sem intervenções externas? Talvez você esteja até pensando que uma menina nunca teria chegado a ser tão desobediente e respondona se lhe tivessem dado uns tapas há um tempo. Essa situação parece típica de crianças malcriadas por pais permissivos que não sabem estabelecer limites claros, que não impõem a disciplina necessária: o que hoje é permitido amanhã provoca uma resposta desmedida, com o resultado de que a criança fica confusa e infeliz.

E se eu lhe dissesse, amável leitor, que Sônia na verdade tem 17 anos e que Jaime é seu pai? Isso muda alguma coisa? Revise a história levando em conta esse novo dado. Você acha que ela é grande demais para apanhar, para que apaguem a televisão quando ela a está assistindo ou para obrigá-la a pedir permissão antes de pegar uma simples folha de papel? Você acha adequado que um pai abra a chutes a porta do ba nheiro onde está a sua filha de 17 anos? Começa talvez a suspeitar que possa se tratar de um pai obsessivo, tirano e violento, e que a resposta de sua filha é lógica e compreensível?

E, se for assim, por que existe essa diferença? Reflita uns momentos sobre os critérios que você usou para julgar esse

pai e essa filha. As crianças pequenas estão mais obrigadas que os adolescentes a respeitar as coisas das pessoas mais velhas, a lembrar das ordens e cumpri-las, a obedecer sorridentes e sem resmungar, a falar com doçura e respeito mesmo que por dentro estejam bravas, a manter a calma e não chorar e fazer escândalos? Os gritos e os tapas são mais prejudiciais para o adolescente que para a criança pequena? Esses não são os critérios que a Justiça segue com os menores de idade. Pelo contrário, quanto menor for a criança, menos responsável os juízes a consideram e menor é o castigo (se é que existe algum castigo). Quem tem razão: o Estado "intervencionista", que não considera a criança responsável pelos seus atos, ou o pai "justo e sábio", que corrige o seu rebento quando ainda está macio? Talvez, em vez de assistentes sociais, educadores, tribunais de menores e reformatórios, seria melhor abrir prisões de segurança máxima e reestabelecer a tortura para os delinquentes juvenis.

Mas resta uma possibilidade ainda mais inquietante. E se agora eu disser que Sônia tem 27 anos e que Jaime é seu marido? (Não, não estou trapaceando. Volte a ler a história: em nenhum momento eu tinha escrito que Sônia era a filha.)

Você acha normal que um marido apague a televisão quando a esposa está assistindo a um programa "porque ela já viu o suficiente"?, que a mande arrumar a cama, que a obrigue a comer tudo, que a proíba de pegar uma folha de papel ou que lhe dê um tapa? Você continua pensando que Jaime é um bom marido, mas que o caráter difícil de Sônia faz com que ele perca o controle às vezes? Por acaso não é um direito e um dever de qualquer marido corrigir a sua esposa e moldar seu caráter, recorrendo, se for preciso, ao castigo ("quem te quer bem te fará chorar")? Por acaso ela não jurou, diante de Deus e dos homem, respeitar e

obedecer ao seu marido? O Estado deve intervir em um assunto estritamente privado?

Por que ao ler pela primeira vez a história de Jaime e Sônia você pensou que Sônia era uma criança? Justamente porque Jaime gritava com ela e batia nela. Inconscientemente, você pensou: “Se ele a trata assim, ela deve ser sua filha”. Não passa pela nossa cabeça que se possa tratar um adulto assim, do mesmo jeito que ao ler as palavras “ataque racista” em uma manchete, não pensamos que as vítimas possam ser suecas.

A violência parece mais aceitável quando a vítima é uma criança, quanto menor, melhor.

Vejamos outro exemplo. Pedro, de seis anos, pede um chiclete na padaria. Maitê finge que não ouviu. Pedro insiste: “um chiclete, por favor.” “Não.” “Quero um chiclete!” “Já falei que não!” “Quero um chiclete!” “Você está me deixando nervosa. Já falei 20 vezes que não von dar nenhum chiclete!”, exclama Maitê, enquanto agarra o menino pelo cotovelo com força e o arrasta para fora da padaria.

Quem é que nunca viu ou viveu uma cena assim? E fácil entender que uma mãe acabe perdendo a paciência…

E se descobrimos que Maitê não é a mãe? A mãe, querida leitora, é você. Você mandou seu filho Pedro, com uma moedinha na mão, para comprar um chiclete (ele não tem nem que atravessar a rua), e Maitê, a funcionária da padaria, o tratou dessa maneira. Você não iria reclamar? Não vai voltar nessa padaria nunca mais, não é verdade?

A violência contra uma criança parece mais aceitável quando o agressor é um pai ou professor do que quando é um desconhecido. De fato, jamais permitiríamos que um

desconhecido se aproximasse do nosso filho na rua e batesse nele.

E para a criança, o que é mais aceitável? A agressão de um desconhecido pode causar dor física e medo. Mas seu próprio pai! A dor e ao medo se unem o susto, a confusão, a traição, a culpa. (Sim, a culpa. Pode parecer incrível, mas as crianças tendem a pensar que se batem nelas é porque elas mereceram. Até as que são espancados por um pai alcoólatra sentem-se culpadas.) Um desconhecido só bate no seu corpo. Seus pais, além disso, podem bater na sua alma.

Imagine agora que seu filho de dez anos teve uma briga no colégio. Um empurrão, uma rasteira, alguns insultos, uma derrubada no chão…

Resultado final: uma criança chorosa, a roupa suja e um arranhão no joelho. Você iria reclamar no colégio ou falar com os pais do agressor ou com os próprios agressores? Provavelmente não, a não ser que as agressões fossem contínuas ou que seu filho tivesse lesões graves. No fim das contas, “são coisas de criança”. E mais, muitos pais e não poucas mães diríam ao filho que o que ele tem que fazer é parar de chorar e enfrentar os brigões…

Perdão, eu disse que era seu filho de dez anos? Queria dizer seu marido de 30. Um colega do trabalho, depois de uma discussão, deu-lhe um soco e derrubou-o no chão enquanto os outros colegas riam e gritavam:“Bate, bate forte!”. Existe alguma diferença?

É claro que sim. Um comportamento assim é inaceitável. Não é necessário que se repita todos os dias nem que ele acabe com um osso quebrado. Já vi gente sendo processada por muito menos. O adulto que denuncia uma agressão não

é um reclamão nem um dedo-duro, mas alguém que está defendendo seus direitos. As crianças, por outro lado, estão submetidas a uma lei de silêncio tão dura como a da máfia, e qualquer reclamação pode ser recebida com o desprezo dos colegas e até mesmo dos professores.[74]

Podemos inventar mil desculpas para maquiar a realidade, mas a verdade é que a nossa sociedade condena a violência, exceto quando a vítima é uma criança. Se a vítima é uma criança e o agressor é outra criança, um professor ou especialmente um pai, são toleradas e às vezes aplaudidas doses incríveis de violência. David Finkelhor, um sociólogo norte-americano que estudou a fundo a violência nas famílias e os maus-tratos, aponta três motivos principais pelos quais as crianças são agredidas com tanta freqüência:[75]

1. As crianças são frágeis e dependem dos adultos.

2. A justiça não se ocupa de protegê-las e a sociedade não condena as agressões.

3. As crianças não podem escolher com quem se relacionam: não podem mudar de pais, de escola ou de bairro quando quiserem.

Estou dizendo que não podemos jamais, por nenhum motivo, bater em uma criança? Exatamente. E como podemos, então, impor a disciplina? Imagine que o seu filho faz exatamente a mesma coisa daqui a 15 anos. Você não poderá bater nele, porque ele será mais forte que você (este é, não nos enganemos, o principal motivo pelo qual não batemos nos meninos mais velhos). Como você resolverá essa situação? Você já pode ir praticando.

Estou de acordo com Spock[71] quando ele afirma que alguns pais, em vez de bater nos filhos, recorrem a formas ainda

mais nocivas de violência como a humilhação, os gritos constantes, as zombarias ou o desprezo. Como em tudo, há níveis. E as zombarias e insultos cotidianos podem ser piores que uma palmada levinha de vez em quando. Mas isso não serve como justificativa para as palmadas.

A polícia deveria prender os pais que batem nos filhos? Ou, em um sentido mais amplo, somos maus pais porque já batemos nos nossos filhos alguma vez? Ou porque já batemos neles muitas vezes? Será que meu filho sofrerá um “trauma” por aquela vez, há 12 anos, em que perdí o controle e batí nele?

É claro que a polícia e a Justiça devem intervir nos casos graves de violência e crueldade. E outros casos um pouco menos graves cairão no terreno da psiquiatria e do trabalho social. Mas não é menos certo que seria difícil encontrar um pai que nunca levantou a mão ou a voz contra um filho.

Também há casais, parentes, amigos ou colegas de trabalho que alguma vez (ou muitas vezes) já discutiram duramente, se insultaram ou ridicularizaram, até mesmo que se bateram, e apesar disso conseguiram a reconciliação e o equilíbrio. Sem dúvida, em muitos casos leves de violência, tanto na família quanto fora dela, a intervenção da polícia e dos juízes não serviria para nada mais do que piorar a situação e dificultar um ajuste amistoso.

O que diferencia, no meu ponto de vista, a violência contra os filhos de outros tipos de violência na nossa sociedade, o que a converte em uma infâmia intolerável, é a justificativa. Não só uma parte importante da opinião pública, mas também um grande número de profissionais e intelectuais cultos, amáveis e respeitosos, insistem em afirmar que um “tapa na hora certa” além de ser admissível é recomendável, é um procedimento “educativo” útil e valioso, que ajuda a

vítima a ser melhor. Dizem à vitima que “é para o seu bem” e até, no cúmulo do cinismo, que “doeu mais em mim do que em você”. Ninguém, pelo menos em um país democrático e no princípio do século XXI, se atreveria a justificar desse modo a violência se a vítima fosse um adulto.

Não é necessário chegar aos casos extremos que saem nos jornais, nas queimaduras com cigarro ou nos ossos quebrados. Todos os dias existem crianças entre nós que recebem bofetadas por “responder” a um adulto, que escutam gritos, zombarias e insultos por atividades perfeitamente inocentes, que são castigadas por acidentes ou erros involuntários, que são fechadas durante horas em quartos convertidos em celas de castigo, que são obrigadas a comer o que acabaram de vomitar ou castigadas sem exercícios ao ar livre ou sem atividades de lazer. E tudo de acordo com leis e regulamentos que não estão escritos, regras que são normalmente inventadas depois dos fatos, a partir de julgamentos nos quais a mesma pessoa é polícia, testemunha, juiz e algoz, sem nenhum documento por escrito, sem defesa, sem possibilidade de recurso (o protesto costuma gerar um aumento do castigo). Se tudo isso não acontecesse em um lar, mas em uma prisão, e as vítimas não fossem crianças, mas criminosos e terroristas, seriam feitas intervenções no Congresso.

Eu proponho que se dê um fim a essa justificativa. Que paremos de pensar como vivemos, e comecemos a viver como pensamos.

E se alguma vez “perdemos o controle” com nosso filho, façamos exatamente o mesmo que faríamos se perdêssemos o controle com um colega de trabalho ou um familiar adulto:

- Procurar de todas as maneiras que isso não aconteça.

• Reconhecer que erramos e sentir vergonha.

• Pedir perdão à vítima.

Um especialista em bater em crianças

Eu não poderia acabar este capítulo sem revisar os argumentos de al guns defensores das palmadas. Há defensores clássicos, como os citados por Miller:[35]

Essa surra não deverá ser uma simples brincadeira, mas terá que convencê-la de que vocês são os seus amos [...]. Entretanto, deve-se evitar que, ao castigá-la, a ira se apodere de vocês, pois a criança será perspicaz o suficiente para notar essa debilidade e considerar como um efeito da ira o castigo que, a seus olhos, deveria ter sido a aplicação da justiça. 0. G. Krüger, 1752.)

Entre os autores modernos, não encontrei nenhum tão convencido como o dr. Christopher Green, irlandês radicado na Austrália e autor de um livro de título revelador: Como domar as crianças. (O título original usa a palavra toddler, um termo intraduzível que se refere as crianças de aproximadamente um a quatro anos).[76]

Green começa afirmando que ele “de maneira nenhuma justifica as surras, os castigos excessivos, a violência ou o abuso das crianças”. A seguir, ele acusa “certos ativistas anticastigo corporal” de:

[...] usar a sua posição e desinformação para causar preocupação desnecessária na maioria dos bons pais que não se opõem a uma palmada ocasional.

Não fica claro se os “bons pais” são bons apesar ou justamente por causa das palmadas. A inversão da culpa é admirável: a vítima não é a criança a quem o seu próprio pai

deu um tapa, mas sim o pobre pai que sofreu uma “preocupação desnecessária” por culpa dos ativistas desinformados. Não poderia ser que uma “preocupação desnecessária na hora certa” seja benéfica para a educação dos pais?

Mais adiante Green descreve alguns casos em que as palmadas são mal usadas: a falta de consequência (o pai se arrepende de ter batido no filho e cede), a gota d’água que transborda o copo (o pai suporta “uma longa série de incômodos” e no fim reage diante de um fato de pouca importância), o perigo de que a criança responda e bata no pai, a indiferença da criança:

Algumas crianças pequenas são excepcionalmente dotadas para o teatro. Quando batem nelas, aguentam estoicamente como o Rambo quando é interrogado, olham nos seus olhos e com a mais absoluta insolência dizem:“Nào doeu!”. É claro que doeu, mas sabem que essa reação enfurecerá e castigará a pessoa que bate nela por ter levantado um dedo contra alguém tão importante.

Estamos falando de crianças menores de quatro anos. Nessa idade (e também mais tarde), uma criança que leva uma palmada ocasional reage com incredulidade e assombro, frustração e choro incontrolável. Uma criança tem que estar “curtida” por dezenas de palmadas para ser capaz de aguentar o choro e responder “não doeu”. Mais uma vez se culpa a vítima: o menino que apanhou é o “insolente”, o que “faz teatro”, o que “se acha muito importante”, o que “castiga”. Devemos entender que o pai que bate repetidamente em um filho de três anos não é insolente, comediante nem presunçoso, mas justamente o contrário, amável, sincero e humilde?

Se você não chora quando te batem, você é insolente. Mas, cuida do, se chora, você é manipulador, como adverte o dr. Green em outro trecho:

“Cada vez que levanto a voz para impor disciplina, desaba no choro.” Essa é uma situação frequente em que a disciplina correta e apropriada sai pela culatra e deixa os pais castigados, confusos e com sentimento de culpa [...]. As crianças sabem que têm cartas ruins, mas usam as lágrimas como um trunfo frente aos pais.

A tradução não faz justiça às generosas opiniões do dr. Green sobre as crianças, pois to trump significa ao mesmo tempo “jogar uma carta de triunfo” e “inventar uma história falsa para enganar alguém”. Assim, amável leitor, se seu pai bate em você, não chore muito (pois você fará com que ele se sinta culpado), mas também não deixe de chorar (o que teria o mesmo resultado fatal). Os bons filhos, sempre preocupados em não causar um trauma psicológico nos seus pais, respondem aos tapas com um choro breve e bem moldado, que expresse profundo agrade cimento pelos cuidados paternos e o decidido propósito de correção.

Em seguida o dr. Green explica a forma correta de bater nas crianças. (Sim, amigo leitor, foram publicados no nosso país e em outros países civilizados manuais práticos para ensinar a técnica de bater nas crianças, e tais livros não foram retirados do mercado nem seus autores denunciados. Pode-se imaginar o escândalo se existisse um manual para policiais intitulado “Domar suspeitos”, explicando a forma correta de bater em um prisioneiro?). Green afirma que é melhor bater em crianças menores, de dois anos, porque com elas o método é mais efetivo, e que um tapa tem um efeito rápido, estabelece claramente os limites, impede a escalada do conflito, resolve uma situação de confronto e é

muito valioso para evitar que a criança volte a cometer atos perigosos.

Como exemplo deste último, uma criança sobe na grade da varanda. O que é melhor, diz Green, que uma “palmada forte” para evitar que ela volte a fazer isso? Pois bem, existem muitas coisas melhores. Em primeiro lugar, uma criança de dois ou três anos não pode subir na grade de uma varanda se não tiver havido uma grave filha de segurança: não deve haver vasos nos quais ela pode subir, as grades com barras horizontais deveriam ser proibidas por lei e uma criança dessa idade jamais deveria ficar sozinha em uma varanda. Se nos distraímos um minuto, o próximo que veremos pode ser nosso filho em cima da grade. Não batemos nele para “educá-lo”, mas para descarregar sobre ele a culpa que na verdade sabemos ser nossa por termos estado distraídos. Já que somos humanos, e portanto imperfeitos, mais cedo ou mais tarde nosso filho estará em uma situação de perigo por um descuido: na varanda, atravessando a rua, aproximando-se da cozinha ou colocando os dedos em uma tomada. É claro que não seria adequado em um caso desses limitar-se a sorrir e dizer: “Ah, seu levado, não abra a válvula de gás de novo!”, mas a resposta lógica e espontânea de qualquer pai: ficar muito sério, gritar que isso não se faz, que a cozinha é “dodói” e tirá-lo imediatamente da cozinha fechando a porta é mais que suficiente para que qualquer criança que não estiver acostumada com palmadas comece a chorar. Se a criança tiver idade e maturidade suficientes (digamos uns quatro anos), isso bastará para que ela nunca mais na vida volte a encostar no gás. Se a criança tiver um ano e meio, é melhor continuar vigiando porque ela provavelmente será incapaz de entender, com ou sem palmada, que perigo pode haver numa válvula de gás.

Outro especialista em palmadas, desta vez espanhol, é o dr. Castells, psiquiatra infantil.[77] Ele propõe, entre outros, um uso realmente original das palmadas:

Quando seu filho começar a chorar à toa, desconsolado e gratuitamente, é preferível dar a ele um motivo concreto. Por exemplo, uma boa palmada.

As crianças choram sem motivo? Você já chorou sem motivo alguma vez, amigo leitor? A criança chora por fome ou frio, por dor ou por cansaço, por frustração ou por raiva, mas de qualquer maneira chora por alguma coisa. O mais próximo a “chorar sem motivo” de que um ser humano é capaz acontece na depressão. E, até onde eu sei, as palmadas não são um método habitual para tratar a depressão no adulto. Por segurança, se algum dia eu me sentir deprimido, vou tomar cuidado para não pisar no consultório de um certo psiquiatra…

O que estão dizendo aos pais é que ignorem e desprezem o choro do seu filho, que não tentem acalmá-lo, consolá-lo, acariciá-lo, escuta-lo, averiguar o que aconteceu com ele ou pelo menos oferecer contato e companhia. Por que preocupar-se com o sofrimento do seu filho, por que tentar dividir seu sofrimento (compadecer), se é muito mais fácil dar-lhe uma palmada e estamos todos felizes?

Se o seu filho não quer aprender por que vocês querem que seja assim, se chora com a intenção de desafiá-los, se causa danos para ofendê-los, em resumo, se quer as coisas do seu jeito: adiante com as palmadas e batam nele até que ele grite: “Chega, papai, chega!” (Krüger, 1752 citado por Miller.[35])

Os que preferirem o caminho difícil, usar a palavra em vez da violência, gostarão do livro, tão diferente, de Cubells &

Ricart (um pediatra e uma psicóloga infantil). Eles partem de uma premissa fundamental:[44]

Também deve-se esquecer a ideia de que a criança chora porque quer. Para chorar é preciso estar sentindo alguma coisa.

Surpreendentemente, os defensores das palmadas frequentemente sentem a necessidade de lavar a sua imagem:

Antes de tudo, permita-me afirmar inequivocamente que não sou um entusiasta das palmadas. (Green)

Tendo dito isso, não pense o leitor que somos uns sádicos e ferrenhos torturadores de crianças. (Castells)

Não, por Deus! Isso não passou pela nossa cabeça…

Um dos aspectos mais terríveis da violência com as crianças é a facilidade com que se transmite de geração a geração. Castells expressa isso com clareza (já que é um dado bem conhecido pela ciência, e como psiquiatra ele não pode ignorá-lo):

Também somos conscientes de que há progenitores que são fervorosos defensores dos castigos físicos porque apanharam insistentemente quando eram pequenos.

Sim, as crianças maltratadas se convertem com frequência em pais que maltratam. Vários motivos contribuem para manter essa cadeia nefasta.

Por um lado, a criança cresce sem conhecer outro modelo, outra maneira de fazer as coisas, outra forma de educar. Cresce também com problemas psicológicos que são fruto dos maus-tratos recebidos, problemas como a agressividade

ou a incapacidade para empatizar com o sofrimento alheio. Mas também, e talvez principalmente, a criança cresce com a necessidade de justificar os seus pais. Os filhos amam os pais loucamente e sentem obrigação de justificá-los.[35] Tudo o que meus pais fizeram foi bem feito. Se eu não bato nos meus filhos é como se eu esfregasse na cara dos meus pais que erraram ao bater em mim. com absoluta devoção filial, Castells cai, apenas uma página depois, no mesmo defeito que antes havia atribuído a outros:

Todos nós — ou a grande maioria — recebemos uma ou outra palmada sonora dos nossos pais, dos quais, curiosamente, nos lembramos quando somos mais velhos com carinho e saudade por não estarem mais presentes para voltar a dar essas palmadas.

Muito antes, Théophile Gautier tinha expressado o mesmo com pa lavras mais bonitas ao descobrir a desolação do jovem barão de Sigognac (O capitão Fracasso):

A solicitude de seu pai, de quem sentia falta apesar de tudo, apenas tinha sido traduzida em alguns pontapés no traseiro ou em ordenar que lhe dessem chicotadas. Nesses momentos sentia tanta saudade que teria sido feliz de receber uma dessas reprimendas paternas, cuja lembrança lhe trazia lágrimas aos olhos, pois um pontapé de pai a filho não deixa de ser uma relação humana…

Uma relação humana, de fato. As crianças precisam tão desesperada mente do contato e da atenção de seus pais que são capazes até de acertar os maus-tratos como prova de carinho, na falta de alguma coisa melhor. Algumas crianças que não conseguem receber suficiente atenção “saudável” pelas vias normais chegam a buscar uma atenção patológica por vias anômalas. São crianças “más”, desafiadoras, que “parecem que estão pedindo”. Alguns pais

explicam as palmadas dizendo: “Ela estava pedindo a gritos”. Você acha que seu filho pediria um tapa se pudesse ou se soubesse como pedir alguma outra coisa, se se sentisse capaz de obter outra coisa, se fosse capaz (nos casos mais graves) de conceber a existência de outra coisa?

Eu também espero que algum dia meus filhos sintam a minha falta com lágrimas nos olhos ou se lembrem de mim com carinho. Mas espero que não seja por um pontapé nem um tabefe. E você, que lembrança indelével gostaria de deixar?

PRÊMIOS E CASTIGOS

Portanto Eppie foi criada sem castigos.

George Eliot, Silas Marner

Muitos dos que são contra as palmadas defendem, por outro lado, outras formas de castigo: a retirada de privilégios (sem sobremesa ou sem televisão), as consequências naturais (“como você não cuida dos brinquedos, eu vou guardá-los”)… A sociedade norte-americana parece especialmente obcecada com o castigo; pelo menos nas séries de televisão é assustador ver adolescentes dizendo espontaneamente: “Eu sei que eu errei, não vou poder sair nas próximas 12 semanas”.

Não acredito que as crianças precisem de castigos para aprender, assim como nós, adultos, também não precisamos. As crianças desejam e tentam fazer os pais felizes com toda a sua vontade (embora nem sempre saibam como). A que sabe que errou tentará não fazer isso de novo e não precisa de nenhum castigo. A que não sabe terá o suficiente com uma explicação. Se ela não está de acordo, se verdadeiramente acredita que fez certo, não vai mudar de

opinião por um castigo. Pelo contrário, sentirá raiva e humilhação e voltará a fazer o mesmo quando puder. O máximo que os castigos podem ensinar às crianças é a fazer certas coisas dissimuladamente para que não sejam pegas. Essa não é uma consciência moral, mas sim pura hipocrisia. É perfeitamente possível educar uma criança sem castigos e sem a ameaça do castigo.

Eu também não gosto muito dos prêmios. É claro que é um nível totalmente diferente. Com certeza qualquer criança prefere mil prêmios do que um único castigo.

Acontece que uma mãe me perguntou um dia: “Como posso oferecer um prêmio sem que pareça uma chantagem?”. Isso me fez refletir. Realmente, um prêmio se parece suspeitosamente a uma chantagem. “Se você tirar nota boa, eu compro o videogame”.

Na verdade, para uma criança não há maior prêmio do que a aprovação de seus pais (nem maior castigo que sua desaprovação), e nesse sentido o prêmio é natural e inevitável. Não podemos deixar de felicitá-la por suas boas notas, admirar seus desenhos bonitos ou agradecer-lhe por ajudar a pôr a mesa. E se ela arranca páginas da enciclopédia ou bate em uma criança mais nova, ficaremos chateados inevitavelmente. Mesmo que nos esforcemos para não gritar com ele, nosso filho saberá que fez algo que nos incomoda, algo que não deveria fazer.

Não estou sugerindo que usemos a aprovação como uma “arma” para manipulá-las. Quando digo à minha filha que ela escreveu uma história muito bonita, não estou pensando “minha aprovação atuará como um reforço positivo de um comportamento desejável” nem “agora vou estimular suas inclinações artísticas”. Simplesmente estou pensando “que história mais bonita a minha filha escreveu”.

E também convém distinguir aprovação de carinho. Podemos estar mais ou menos felizes com o que eles fazem, mas não é por isso que os amamos mais ou menos. Evidentemente, jamais deveríamos dizer (nem pensar): “Não te amo porque você se comportou mal” (e o triste é que muitas vezes, embora não pensemos assim, dizemos isso). Mas é igualmente perigoso dizer: “Te amo muito porque você se comportou bem”, porque provavelmente é mentira. Se você ama e vai continuar amando os seus filhos de forma incondicional, independentemente do que eles fizerem, por que ocultá-lo, por que convencê-los de que seu amor tem condições?

Entretanto, além da aprovação, o uso consciente e deliberado de prêmios e promessas para direcionar o comportamento dos nossos filhos tem, no meu ponto de vista, duas grandes desvantagens:

• A natureza do prêmio. “Se você tirar nota boa, no verão vamos à praia.” E se for reprovado, a família toda vai ficar aborrecida em casa o verão inteiro? “Se você arrumar o quarto, te dou um saco de balas.” Mas as balas não dão cáries? Como podemos dar à criança um prêmio que sabemos que não faz bem a ela? Em 15 anos, qual será o prêmio, cigarro ou álcool? “Se você me ajudar a limpar a poeira tc dou um livro.” Mas não é bom que elas leiam? Como podemos deixar de comprar livros para elas? E é o mesmo com qualquer possível prêmio. Todas as coisas que você pode e deve dar aos seus filhos, dará por amor, sem condições. E também não é a questão de entrar em um consumismo louco e oferecer prêmios inúteis ou supérfluos.

• A corrupção. A própria qualidade do ato moral se desvirtua e degrada quando há um prêmio no meio. Levo meus filhos ao parque porque eles gostam de correr e pular, porque eu gosto de vê-los, porque passo muitas horas no trabalho e

eles passam muitas horas na escola e quero estar com eles no fim de semana… E vou estragar tudo dizendo “já que vocês se comportaram bem, vou levar vocês ao parque”. Por que esconder o meu carinho, por que fingir que estou fazendo isso por interesse, como um empresário que oferece incentivos para aumentar a produção? Minha filha foi amável com um priminho mais novo, cuidou dele, o divertiu e emprestou seus brinquedos. Ela fez isso por carinho, porque ama o seu priminho e gosta de vê-lo feliz. Ela se sente orgulhosa de ter feito a coisa certa… Mas se ontem eu tiver feito uma promessa, “se você cuidar do seu priminho compro um jogo para o seu videogame”, ela poderá continuar sentindo-se orgulhosa? Ela cuidou do primo por carinho ou o. suportou por dinheiro? Ela mesma agora duvida dos seus motivos porque eu fui o primeiro a duvidar dela.

O prêmio não é um avanço no caminho da educação, mas um retrocesso diante da verdadeira bondade, que é desinteressada e incondicional.

Por isso eu gosto de ter cuidado com a linguagem. “Se você acabar os deveres, vamos ao cinema”, soa como condição, chantagem. Prefiro dizer: “Esta tarde vamos ao cinema, então anda logo e faz os deveres”.

PROCURANDO PROBLEMAS

> *O papai fala tanto dos meus defeitos e me trata com tanto desprezo, que é normal que eu duvide de mim mesmo. Muitas vezes penso se sou realmente tão inútil como ele diz, e então me sinto tão infeliz e amargurado que odeio todo o mundo. Sou um inútil, de mau caráter e pobre de espírito.*
>
> Emily Brontë, *O morro dos ventos uivantes*

O inventário de Eyberg (Eyberg Behavioral Child Inventory, ECBI) é um questionário para detectar problemas de comportamento nas crianças,[78] no qual os pais têm que dar notas aos seus filhos em 36 aspectos do tipo: "tem maus modos à mesa", "choraminga ou resmunga", "recusa-se a obedecer até que o ameacem com castigos"…

O pai ou a mãe deve avaliar a frequência com que seu filho realiza tais atrocidades (nunca ou quase nunca, algumas vezes, sempre ou quase sempre), e também deve dizer se considera que tal comportamento é um problema no caso do seu filho. Quando os pais identificam 13 ou mais problemas, isso significa que a criança tem uma "alteração de comportamento". Desse modo, foi determinado que 17% das crianças da Cantábria entre dois e 13 anos tinham problemas de comportamento e que é muito útil usar o questionário no consultório do pediatra. Teoricamente, a "alteração de comportamento" é um transtorno psiquiátrico que precisa de atenção especializada, mas é duvidoso que existam suficientes profissionais para atender um número tão grande de "doentes mentais".

O leitor avisado já terá conhecido muitos dos problemas que essa forma de “diagnosticar” apresenta.

Em primeiro lugar, o médico não observa diretamente o comportamento da criança, nem fala com um observador neutro, mas com os pais

Em caso de conflito, os pais são parte interessada e não podem ser considerados imparciais. O que o questionário mede não é, na verdade, o comportamento da criança, mas sim a opinião que os pais têm sobre tal comportamento. Não é a mesma coisa dizer “senhor, seu filho tem uma grave alteração de comportamento” e “senhor, você tem uma péssima opinião sobre o seu filho”.

Em segundo lugar, o sistema atribui todos os problemas à criança. É a criança que grita demais, que não obedece ou que chora muito. Por acaso não existem pais que gritam demais com seus filhos, que os fazem chorar continuamente com gritos e tapas, que os sobrecarregam com exigências excessivas e ordens impossíveis de serem obedecidas? Deve haver algum pai assim, mas com esse questionário não encontraram nenhum. Que estranho!

Por exemplo, a resposta normal de pais normais à frase “recusa-se a obedecer até que o ameacem com castigos” deveria ser: “não sei, nunca ameaçamos o nosso filho”. No Código Penal existe um delito de ameaças. Se um marido dissesse: “Minha esposa se recusa a obedecer até que eu a ameace com um castigo”, estaríamos todos de acordo sobre quem é que tem um problema de comportamento. Mas se um pai ou uma mãe diz isso sobre o filho, então pensamos que o “problemático” é o filho.

Em terceiro lugar, muitos (a maioria, eu diria) dos pontos do questionário são mais que discutíveis como indícios de

alteração de comportamento:

- Demora muito para se vestir.

Quanto é muito? Um questionário sério teria especificado, por exemplo: “Demora mais de 12 minutos para vestir a roupa interior, camiseta e calça”. Da maneira como está, a qualificação fica a critério arbitrário dos pais. De qualquer modo, muitos adultos apresentam essa “alteração de comportamento”.

- Choraminga ou resmunga.

Isso é pouco frequente aos 13 anos. Mas aos dois ou aos cinco, não choram todas as crianças?

- Recusa-se a comer a comida que lhe oferecem.

Muita gente deixa comida no prato nos restaurantes e parece que ninguém se preocupa com isso. Quando uma criança se recusa a comer o que lhe oferecem, pode ser por três motivos: colocaram comida demais no prato (ou seja, ela não tem fome), ela não gosta da comida (eu também não como o que eu não gosto, e você?) ou está doente e não tem apetite.

- Chama a atenção constantemente.

As crianças pequenas precisam de atenção constante e, portanto, é normal e saudável que a peçam.

- Fica bravo quando não consegue o que quer.

Olha, igual a mim! Será que eu não estou batendo muito bem da bola e não sabia? E você, fica bravo quando não consegue o que quer? “Como estou feliz! Hoje eu fui reprovado em um exame, minha namorada me deu o fora,

perdi no jogo e levei uma multa por estacionar em fila dupla. Faz tempo que eu não me divertia tanto.” Se ficarmos bravos quando não conseguimos o que queremos é uma doença mental, acho que precisamos todos ir a uma clínica de repouso.

• Ele tem dificuldade de ficar quieto por um instante.

Qualquer um que tenha filhos sabe que isso é normal. Se seu filho fica quieto, é melhor levá-lo ao médico.

• Discute com os pais sobre as regras da casa.

Esperem, mas estamos ou não estamos em uma democracia? Discutir as regras é um direito, chama-se “participação”. Para serem bons cidadãos no dia de amanhã e poderem discutir as regras com os governantes é preciso que as crianças pratiquem no seio da família.

• Interrompe os adultos.

Interromper as pessoas quando elas estão falando não é boa educação, mas é imprescindível para triunfar em um debate na rádio ou na televisão. Quantas vezes nós, os pais, interrompemos nossos filhos, quantas vezes ficamos impacientes com a sua fala embolada, quantas vezes os cortamos com um “não fale bobagens”, “você não vê que estamos conversando?”, “já falei que não é não”, “sem ‘por favor’ nem nada”…? As crianças aprendem com exemplos.

• Faz xixi na cama.

A enurese noturna não é uma alteração do comportamento, mas uma variação normal do ritmo de amadurecimento das crianças. Já faz tempo que foi demonstrado que ela não está associada a nenhum tipo de problema psicológico.

• Insulta e discute com seus irmãos ou com outras crianças.

A rivalidade entre os irmãos é absolutamente normal e muitas vezes o melhor que os pais podem fazer é ficar à margem.[79]

• Tem maus modos à mesa.

Alguém pode pensar seriamente que colocar os cotovelos na mesa ou fazer barulho para tomar sopa é motivo para ir ao psicólogo?

• Tem dificuldade para acabar o que começa.

Que coisa! A maioria das catedrais góticas ainda estão inacabadas.

Surpreende e preocupa a severidade do juízo paterno na hora de considerar que uma determinada criança tem "um problema de comportamento". Assim, 6% dos pais afirmam que seus filhos "se recusam a cumprir as tarefas que lhes solicitam" sempre ou quase sempre, e 52% dizem que isso acontece "algumas vezes". Porém, 29% vê um problema neste ponto. Ou seja, boa parte dos pais considera que recusar-se a cumprir tarefas "só algumas vezes" já constitui um problema. Da mesma maneira, só 5% "têm dificuldades para acabar o que começam" sempre ou quase sempre, mas 16% dos pais veem um problema nisso. Só 6% "fazem birra" sempre ou quase sempre, mas 21% dos pais veem um problema... Só em duas seções,"ele tem dificuldade de ficar quieto por um instante" e "faz xixi na cama" ocorre o contrário: alguns pais afirmam que seu filho faz isso sempre ou quase sempre e, entretanto, não veem nenhum problema nisso (e assim mostram melhor critério que o autor do questionário).

Não será que a constante repetição de comentários negativos sobre as crianças acaba deteriorando a percepção que temos de nossos próprios filhos?

INSULTA, QUE ALGUMA COISA SOBRA

[…] vista a depravada corrupção da juventude do tempo presente […]

Margarita de Valois (1492-1549), Heptameron

Muitos adultos, ao falar sobre as crianças, recorrem ao estereótipo, ao insulto e à desqualificação sistemática. Muitas vezes isso acontece em tom de brincadeira, quase “carinhoso” (“o monstrinho”, “os tiraninhos”, “não prestam”), mas o dano está feito: é transmitida aos pais a ideia de que seus filhos estão contra eles e não merecem respeito como pessoas. Vejamos alguns exemplos concretos:

É só encostar nos lençóis e o malandrinho começa a resmungar.[15]

O “malandrinho” tem dez meses, mas seu comportamento é considerado, além de meditado e consciente, moralmente condenável. A escolha das palavras não é aleatória: o bebê não começa a gemer (“reclamar com voz lastimosa”, de acordo com o dicionário), nem muito menos a chorar (“derramar lágrimas por alguma dor física ou moral”), mas a resmungar (“gemer, reclamar ou chorar sem causa justificada”). Quem foi que disse que ele não tem motivo?

Vejamos outros insultos:

As crianças pequenas são negativas, demonstram pouco sentido comum e uma absoluta falta de respeito pelo direito dos outros.[76]

Você acha que estou exagerando? Essa frase não parece muito ofensiva? Substitua “crianças pequenas” por “negros” ou por “mulheres” e diga o que você pensa agora.

Dez por cento das crianças avaliadas eram pequenos terroristas.[76]

Essa é uma acusação muito grave. Substitua “crianças” por “sindicalistas”, “catalães”, “clientes”, “funcionários” ou qualquer outro termo que se refira a pessoas adultas e você poderia ser processado por difamação.

Fazem com que suas mães sintam-se inferiores. As crianças pequenas têm uma capacidade incrível para desmoralizar suas mães. Muitas agem como anjinhos quando estão sob o cuidado de outros, reservando seu lado demoníaco exclusivamente para seus pais.[76]

Que grande descoberta! Sem necessidade de insultos nem exageros como “demoníaco”, a verdade é que todos nós nos comportamos melhor com desconhecidos do que com familiares. Você suporta dos seus colegas de trabalho, e nem vamos falar do seu chefe, deselegâncias que provocariam uma grande discussão com seu companheiro.

Reclamamos menos da comida em um restaurante do que em casa (e, quando comemos na casa de um amigo, jamais reclamamos da comida). Onde é que você, pai leitor, arrumava melhor a cama, varria e limpava sem resmungar, onde obedecia imediatamente e sorrindo: em casa ou no exército? Isso significa que você amava ou respeitava mais o seu sargento do que a sua mãe? É claro que não, você simplesmente tinha mais medo dele. Na Espanha houve muito mais greves e manifestações durante o governo socialista do que nos tempos da ditadura. Isso significa que os trabalhadores estavam mais felizes com a ditadura? É

fato que não reclamamos mais quando estamos mais infelizes, mas sim quando temos mais esperança de que os nossos protestos possam servir para alguma coisa. Protestamos mais quando nos sentimos aceitos e amados. Como afirma Bowlby:[80]

Devido aos vínculos emocionais que unem o filho aos seus pais e estes ao seu filho, as crianças se comportam sempre de uma maneira mais pueril com seus pais do que com outras pessoas [...]. Isso é verdade até mesmo no mundo das aves. Os tentilhões pequenos, que já são suficientemente capazes de se alimentar sozinhos, às vezes começam a pedir alimento de um modo infantil quando veem os seus pais.

Nem mesmo Freud ficava aquém nas suas desqualificações:

Um excesso de ternura materna talvez seja prejudicial para a criança por acelerar sua maturidade sexual, acostumá-la mal e fazê-la incapaz, em épocas posteriores da vida, de renunciar totalmente ao amor ou de contentar-se com uma pequena parte dele. As crianças que demons tram ser insaciáveis na sua demanda por ternura materna apresentam com isso um dos sintomas mais claros de futuro nervosismo. Por outro lado, os pais neuropatas são, em geral, os mais inclinados a uma ternura sem medida, despertando assim nos seus filhos, antes de ninguém e através de suas carícias, a disposição a posteriores doenças neuróticas.[81]

É que insultar as crianças está a um passo de insultar os pais, e se você trata seus filhos com ternura você é um neuropata.

“Não”, dirá o leitor,“Freud só chama de neuropatas os que demonstram uma ternura sem medida, não os que demonstram uma ternura normal”. Tudo bem, mas o que é

uma ternura sem medida? Para muitos na nossa sociedade, pegar no colo uma criança que chora já é ternura excessiva.

Freud não é o único que ridiculariza os pais que tratam os filhos com “ternura excessiva”:

Tirá-lo da cama quando ele tem que dormir não é demonstrar ternura, mas sim estúpida ignorância.[33]

Vejamos como o dr. Green descreve seu método de deixar a criança chorar para que ela aprenda a dormir:

Deixem que ele chore por cinco minutos se vocês forem normais, dez minutos se forem duros, dois minutos se forem delicados e um minuto se forem muito frágeis. A duração do choro depende da tolerância dos pais e de quão genuinamente agitada estiver a criança.[76]

Ou seja, os pais que não querem deixar o filho chorar são delicados, frágeis e até lhes falta tolerância (intolerantes!). Em uma incrível corrupção de linguagem,“tolerância” agora significa a capacidade para escutar o seu próprio filho chorar sem dar a ele a menor bola. Até mesmo admitindo que deixar uma criança chorar fosse moralmente aceitável (coisa que não admito de forma alguma), não pareceria mais lógico adaptar a duração do choro à resistência da criança, e não à dos pais? (Deixe a criança normal chorar por cinco minutos, dois a delicada, um a frágil…) Mas, é claro, o dr. Green não se preocupa com o que possa sofrer uma criança de meses, mas sim com o que possa sofrer um adulto de 20 ou 30 anos.

O CONTROLE DOS ESFÍNCTERES

Um direito humano que não costuma aparecer nos livros mas que apesar disso é amplamente respeitado é o de defecar quando temos vontade. E claro que às vezes o

aperto vem em um evento social ou longe de um banheiro e nos vemos obrigados a aguentar (e todos nós sabemos como isso é difícil). Também sabemos como é difícil defecar quando não temos vontade (o típico “vá ao banheiro antes de sair que depois não poderemos ir”). Você imagina se o diretor de uma fábrica, para evitar perdas inúteis de tempo, obrigasse os empregados a ir ao banheiro das 11h às 11h 15, todos ao mesmo tempo? Não é verdade que isso parece mais que humilhante, grotesco, que abriria espaço para protestos, que sairia nos jornais?

Se obrigar um adulto a ir ao banheiro às 11h45 ou proibi-lo de ir às 13h28 parece ridículo, deveria ser muito mais ridículo tentar fazer isso com um bebê. Se nossa filha de nove (ou 19) meses faz cocô na calça, não é para amolar, nem por maldade, nem por doença, mas sim porque é normal, porque nessa idade os bebês ainda não têm controle dos esfíncteres. E se com cinco meses (ou 15) sentamos nosso filho em um penico e ele não faz nada, não pensamos que ele está nos fazendo de bobos ou desafiando, nem que temos que levá-lo ao psiquiatra, mas simplesmente que é normal, que ele ainda não sabe usar o penico. Para dizer a verdade, com cinco meses nem sequer nos surpreenderia se ele caísse do penico.

Mas houve um tempo, acredite se quiser, em que obrigavam (ou tentavam obrigar) os bebês de nove meses e os de cinco a usar o penico. Em 1941,o dr. Ramos, referindo-se ao segundo trimestre (ou seja, entre os três e os seis meses), afirma:

Regulamentar os atos naturais da defecação e da micção é também um poderoso meio educativo. A partir dos três meses a mãe colocará o bebê no peniquinho nas horas em que ele costuma defecar […] e se ele não o fizer, ela pode somente durante alguns dias introduzir um supositório de

manteiga de cacau ou glicerina com o objetivo de que ele associe a ideia de “peniquinho” com “fazer cocô”.[37]

Vocês repararam em um detalhe? O controle dos esfíncteres não é um fim, mas sim um meio. Não se educa uma criança para que ela faça cocô no penico, mas o contrário: se regulamenta a defecação para educar a criança. O objetivo não é conseguir que a criança não se suje, isso é secundário. O verdadeiro fim é que a criança se eduque, ou seja, que aprenda a obedecer, a cumprir a vontade dos pais. Quem foi capaz de obedecer a uma ordem tão ridícula como “faça cocô agora mesmo” obedecerá prontamente, sem reclamações ou perguntas, a qualquer outra ordem. Freud já havia expressado isso em 1905 com total clareza:

Um dos melhores sinais de futura anomalia ou nervosismo é, no bebê de peito, a negação a executar o ato da excreção quando o sentam no penico, ou seja, quando parece oportuno para a pessoa que está cuidando dele, reservando a criança tal função para quando lhe parecer oportuno executá-la.[81]

Ou seja, uma criança de peito (supomos que ele se refere a uma criança menor de 12 meses) que não faz cocô quando os pais man dam, mas sim quando tem vontade, está “recusando-se” a obedecer, está “reservando” para si esse prazer duvidoso, está desafiando a autoridade paterna e manifestando claros sintomas de futura anomalia, de neurose. Todas as crianças que continuam usando a fralda depois de um ano serão (ou já são) neuróticas, de acordo com Freud. Com razão se diz que “há mais fora do que dentro”!

Por que Freud, Ramos e muitos outros estavam tão convencidos do que diziam? Devem ter visto alguma criança usar com sucesso o penico antes de um ano para afirmar

que isso é normal. Devem ter conhecido algum neurótico que teve problemas com o penico para concluir que existe alguma relação entre ambas as coisas.

De fato, o método funcionava com muitas crianças. Alguns fazem cocô todos os dias na mesma hora, e se os colocam no penico justamente nessa hora, missão cumprida! Com a repetição, a criança associava o penico com fazer cocô e acabava criando um reflexo condicionado. O exemplo típico de reflexo condicionado é o famoso cachorro de Pavlov, para o qual tocavam uma campainha cada vez que comia. No fim, só de ouvir a campainha ele já começava a secretar saliva (“a boca enchia de água”). O reflexo condicionado é inconsciente, não requer inteligência (o cão não a tinha), nem livre-arbítrio (o cão não pode secretar saliva voluntariamente, mas somente quando ouve a campainha).

A associação entre sentar no penico e fazer cocô não era feita por acaso, mas provocada com um supositório de glicerina ou um enema, que costumam produzir uma defecação depois de poucos minutos. Além disso, sabe-se que o frio leva as crianças pequenas a fazer xixi, e por isso já basta que abaixem a suas calças para elas fazerem alguma coisa.

Mas havia, obviamente, muitas crianças com as quais não conseguiam condicionar o reflexo, muitas crianças que não faziam cocô quando mandavam. Hoje em dia, a avó, a vizinha, a enfermeira, o pediatra e o livro dizem aos pais inexperientes: “Claro, o que vocês esperavam? Com essa idade eles ainda não controlam os esfíncteres”. Os pais dizem, “ah, bom!” e guardam o penico até o ano que vem, e aqui temos paz e depois glória. Não acontece nada com essas crianças e evidentemente elas não ficam neuróticas.

Mas há 80 anos, quando a criança de seis meses não fazia cocô no penico, a vizinha, a avó, o pediatra, o livro e o psiquiatra diziam aos pais: “Não pode ser, ele está fazendo vocês de bobos”,“vamos ver se ele está doente”,“um primo meu começou assim e acabou num manicômio”, “vocês têm que insistir”, “esse menino está precisando de uma mão dura”… Os pais, conturbados, punham o bebê no penico durante horas (“enquanto você não fizer cocô não vai sair daqui”), gritavam com ele, ameaçavam e castigavam, zombavam dele (“tão grandinho e ainda usando fralda!), o levavam ao médico, davam-lhe laxantes, submergiam o seu bumbum em água quente como castigo (os livros ainda descrevem as típicas queimaduras por água fervendo)… Não é de se estranhai que algumas daquelas pobres crianças acabassem neuróticas. A profecia se cumpria, os vizinhos e pediatras exclamavam: “Eu avisei que esse menino ia acabar mal se não o ensinassem a usar o penico antes de um ano”, e Freud (como quase todos da sua época) confundiu o efeito com a causa. Eles não podiam sequer suspeitar que eram justamente os esforços para “educar” a criança que tinham causado a neurose. Por sorte, cada vez mais médicos foram percebendo qual era o verdadeiro problema e nos anos 70 o dr. Blancafort expressou perfeitamente o que a ciência pensava no momento (e continua pensando):

Antes de um ano é inútil e às vezes até contraproducente tentar “ensinar” as crianças a controlar corretamente as suas necessidades fisiológicas. […] A criança tem que ser educada, mas não “domesticada”, como se fosse um animal. Isso é justamente o único que, no máximo, as mães tenazes e obsessivas conseguiriam: domesticá-la, mas à custa de manter a criança sentada no penico por longas horas, o que acabaria constituindo uma autêntica tortura para ela e determinando em não poucas ocasiões uma atitude de negação e rejeição, quando não de verdadeiro terror. […] É

fácil que a criança se encontre em condições de exercer um controle perfeito sobre essas necessidades perto dos dois anos de idade.[82]

Totalmente de acordo. Eu só faria uma objeção ao dr. Blancafort: em vez de reconhecer que a medicina e a psiquiatria tinham se enganado neste assunto, ele joga a culpa nas “mães tenazes e obsessivas”. Pobres mães, não faziam mais do que seguir as recomendações dos pediatras e psiquiatras de 30 anos atrás.

Por sorte a puericultura atual é científica e já não se fazem barbaridades como ensinar as crianças a usar o penico aos três meses, não é? Pois sim, fazem uma barbaridade semelhante para “ensinar” a criança a dormir. Algum dia, quando reconhecerem que deixar as crianças chorando à noite e obrigá-las a dormir separadas das suas mães durante os primeiros anos “é inútil e até mesmo contraproducente” e que esses métodos “domesticam, mas não educam”, também jogarão a culpa nas “mães tenazes e obsessivas”. Como se a ideia tivesse sido delas.

Quando e como tirar a fralda

Muitas vezes falam de “aprendizado do controle de esfíncteres” e isso deixa os pais vagamente ansiosos. Porque, aparentemente, um aprendizado requer um ensinamento. Quem deve ensinar uma criança a controlar os seus esfíncteres, seja lá o que for isso, e como se deve fazer isso? Pois não, aprender a não fazer xixi na roupa, da mesma forma que aprender a caminhar, sentar ou falar, são coisas que não requerem estudo nem aprendizado. Existem crianças de dez anos e também adultos que não sabem ler ou que não tocam piano porque ninguém as ensinou.

Os pais têm que fazer alguma coisa (ensinar o filho ou procurar um professor ou uma escola) se querem que ele aprenda essa e muitas outras coisas. Mas não há crianças de dez anos que não saibam caminhar, sentar ou falar ou que façam xixi na roupa (acordadas). Todas as crianças saudáveis (e boa parte das doentes) controlam perfeitamente o xixi (durante o dia) e o cocô aos quatro anos ou bem antes.

Portanto, a pergunta não é “o que eu tenho que fazer para que meu filho aprenda a usar o vaso sanitário?”, pois não dependente do que você fizer, faça “bem” ou faça “mal”, ou mesmo se não fizer absolutamente nada, seu filho aprenderá. A pergunta é “o que eu posso fazer para que meu filho não sofra enquanto aprende a usar o vaso sanitário?”. E a resposta é “é melhor você não fazer nada”. Ou fazer o mínimo possível.

Quando os pais fazem alguma coisa, quando sentam as crianças a determinada hora no penico, quando as obrigam a ficar sentadas até fazerem alguma coisa, quando brigam com elas se fizerem na calça, a longo prazo a criança aprenderá também a usar o vaso sanitário, mas o processo será atormentado (e os pais também). Em casos extremos, é provável que certos “ensinamentos” infelizes possam atrasar o aprendizado ou produzir na criança uma rejeição para defecar, o que se trans formará em prisão de ventre.

Mas se não tiramos nunca as fraldas, como ela vai aprender? Não vai continuar com as fraldas a vida toda? Eu duvido. Não conheço ninguém que tenha feito um teste, mas suspeito que, até mesmo se os pais não tomassem nenhuma iniciativa nunca, todas as crianças acabariam arrancando as fraldas elas mesmas. Ninguém usa fraldas aos 15 anos. Mas o caso é que as fraldas custam dinheiro, e trocá-las custa um

esforço, e quase todos os pais tentam, antes ou depois, tirar a fralda dos filhos.

A princípio, isso não deveria trazer nenhum problema. A fralda é uma coisa totalmente artificial, uma invenção relativamente recente que não busca o conforto da criança, mas sim o dos seus pais. As crianças não precisam de fraldas. Muitos pais tiram as fraldas dos filhos no verão e seja o que Deus quiser. Até mesmo antes do primeiro ano, quando sabem que é impossível que o bebê controle o xixi e o cocô de forma voluntária. Para fazer isso, é evidente que é conveniente não ter carpetes nem tapetes em casa, e é preciso estar disposto a limpar qualquer canto em qualquer momento, sem a menor recriminação.

Assim a criança evita algumas assaduras pelo calor e os pais economizam muito dinheiro em fraldas. No fim do verão, se (como era de se esperar) a criança continua fazendo tudo na roupa, voltam a colocar a fralda e todos estão felizes.

No primeiro verão depois dos dois anos, quando realmente há alguma esperança de mudança, os pais podem explicar à criança o que se espera dela: “Quando você tiver vontade de fazer xixi ou cocô, avise”. Mas é claro que eles não devem ser impertinentes perguntando a cada meia hora (é suficiente que expliquem uma vez em junho ou, no máximo, a cada 15 dias), nem o colocarão sentado no penico quando ele não tiver pedido, nem brigarão com ele ou o criticarão, nem zombarão dele pelos xixis na calça ou pelos alarmes falsos, nem mostrarão impaciência. Pode ser útil perguntar se ele prefere usar o vaso sanitário, como o papai e a mamãe, ou um penico (e que ele escolha o que prefere) ou um adaptador para o vaso sanitário. Enquanto não houver um controle mínimo, é prudente colocar a fralda para sair de casa.

Algumas crianças conseguem controle neste verão, outras no próximo. Algumas, é claro, alcançam o amadurecimento no meio do tempo e pedem para tirar a fralda no inverno (“Tem certeza?” “Tenho.” “Bom, vamos tentar.”).

Tirar a fralda, como dizíamos, não deveria trazer nenhum problema, mas às vezes traz. Mesmo sem obrigá-las, sem xingá-las e sem fazer comentários ofensivos, algumas crianças se recusam a tirar a fralda. Estão tão acostumadas a usá-la que não imaginam a vida sem ela. Explique ao seu filho que você não se importa se ele fizer xixi ou cocô em qualquer lugar, que você não vai ficar brava. Mas se apesar de tudo ele pedir a fralda, coloque-a sem resmungar. No fim das contas, a ideia não foi dele, foram os pais que decidiram colocar a fralda quando ele nasceu e não é culpa da pobre criança se ela se acostumou. É possível que uma criança que deixou que tirassem a sua fralda com um ano e meio se recuse a ficar sem ela aos dois anos e meio. Não insista, não a atormente, simplesmente diga: “Bom, quando você quiser tirar, avise”, e pronto.

Algumas crianças ficam felizes por não usar a fralda, mas se sentem incapazes de usar o penico. Notam que vão fazer alguma coisa, avisam, mas não querem se sentar em nenhum lugar. Querem a fralda. As vezes, durante um período, é preciso colocar a fralda nelas cada vez que quiserem fazer xixi ou cocô. Algumas que brincam peladas na praia precisam colocar uma fralda quando querem fazer xixi. Não se assuste, não reclame, não ria. Coloque a fralda sem discutir que já falta pouco. Algumas crianças mais tímidas não se atrevem a pedir a fralda, mas também não querem o penico e tentam segurar o máximo possível. Algumas chegam a sofrer de prisão de ventre. Se você observa que seu filho para de fazer cocô quando tira a fralda, sugira colocá-la de novo (mesmo se ele não tiver pedido).

Não é ruim voltar a usar a fralda depois de uns dias ou meses sem ela. Não é um passo atrás nem um retrocesso, nem causa nenhum dano à criança. A não ser, é claro, que ela se recuse a isso.

Vamos agora a outro extremo, ao da criança que não é capaz de se controlar mas insiste que quer tirar a fralda ou que não quer usá-la de novo depois de tê-la tirado no verão. Como sempre, é importante falar com a criança e ser respeitoso. Se só houver alguns acidentes ocasionais, é melhor fazer como ela quer. Se o controle for nulo, talvez seja possível convencê-la a usar fralda. Mas se ela se recusa completamente, se chora porque não quer colocar a fralda, se vive isso como um fracasso ou uma humilhação, é melhor também fazer como ela quer, talvez tentar chegar a um acordo ("você pode ficar sem fralda em casa, mas se sairmos para passear você tem que colocar"). As vezes deve-se renunciar a sair de casa por algumas semanas para evitar um drama, o que não deixa de ser uma chateação. Por isso, é importante não ficar impertinente sobre o assunto, não lançar indiretas e ironias, que ninguém fique falando com a pobre criança "que vergonha, tão grandinho e ainda usando fralda", "vamos ver se você aprende a ir ao banheiro logo", "se você fizer na calça de novo vou ter que te botar uma fralda como se você fosse uma bebezinha" e outras lindezas. Nunca se deve falar assim com uma criança, nem sobre esse tema nem sobre nenhum outro.

Nos últimos anos, alguns pais decidiram não colocar a fralda nos filhos desde o princípio, e assim evitar os problemas para retirá-la (e o custo econômico e ecológico de tanta fralda). A ideia não é disparatada. Evidentemente, a humanidade viveu milhares de anos sem fraldas e hoje em dia a maioria das crianças do mundo ainda não as usa. Evidentemente não se trata de ensinar a criança, de mantê-la sentada no penico até que ela cumpra o seu dever, de

gritar com ela ou de castigá-la se escapar alguma coisa, mas sim de estarmos muito atentos para aprender (nós) a descobrir quando ela está a ponto de fazer cocô ou xixi e de aceitar sem reclamar que às vezes escapará um xixi ou um cocô. Como os meus filhos já estavam criados quando fiquei sabendo dessas coisas, não tive a oportunidade de tentar e não posso falar com conhecimento de causa. Existem livros sobre o tema, mas até onde eu sei nenhum foi publicado na Espanha. Há informação disponível na Internet em espanhol[90] e principalmente em inglês.[91]

Todas as crianças normais conseguem se controlar durante o dia, sem que seja necessário ensinar-lhes nada. Se seu filho continua fazendo cocô ou xixi na roupa depois dos quatro anos (com exceção de algum acidente muito de vez em quando com o xixi), consulte o pediatra.

Quando há problemas, frequentemente são de origem psicológica (as vezes justamente devido às tentativas de “ensiná-las” a usar o penico à força, e outras vezes manifestação de outros conflitos ou de ciúmes). Em alguns casos, a defecação involuntária (encoprese) é consequência da prisão de ventre: forma-se uma bola que irrita a mucosa retal e produz uma falsa diarréia. A criança não faz isso de propósito, e as zombarias e castigos apenas agravarão o problema.

Mas as noites são muito diferentes. Embora muitas crianças possam dormir secas aos três anos, muitas outras fazem xixi na cama (enurese noturna) até a adolescência ou até mesmo a vida toda. Durante a Primeira Guerra Mundial, 1% dos recrutas norte-americanos foram declarados não aptos para o serviço por enurese. A enurese noturna quase nunca tem causa orgânica ou psicológica, mas depende do amadurecimento neurológico e das características genéticas (vem das famílias).

Algumas crianças conseguem não fazer xixi em um dia especial (por exemplo, na casa de um amigo), à custa de passar a noite praticamente acordadas. E claro que elas não podem fazer isso muitos dias seguidos. Infelizmente, alguns pais não compreendem o enorme esforço que fizeram e jogam isso na sua cara (“na casa do Paulo você ficou esperto, mas aqui você não se preocupa, é claro, como eu estou aqui para lavar sua roupa de cama”). Esse tipo de comentário, além de cruel, é falso. Há pouco tempo, uma mãe comentava em um fórum na Internet que sua filha de sete anos fazia xixi na cama. Outra mãe respondeu assim:

Eu fiz xixi na cama até os 16 anos, e me sentia pior e mais complexada que qualquer um… Passava as noites acordada para não molhar a cama e em cinco minutos que o sono me rendia eu fazia xixi. Ficava desde a hora do almoço sem beber nada, era horrível, e continuava fazendo xixi. Levantava durante a noite para lavar os lençóis para que ninguém percebesse… Não brigue com ela, não a responsabilize, é uma doença, de repente um dia parei de fazer. Meu filho mais velho fez xixi na cama até os 13 anos…

Eu gostaria de contar aqui uma história, em homenagem a um grande pediatra japonês, o dr. Itsuro Yamanouchi, de Okayma. Visitei seu hospital em 1988 e fiquei fascinado com aquele sábio humilde que continuava atendendo consultas externas de pediatria apesar de ser diretor de um grande hospital. O acompanhei uma tarde no seu consultório e ele me contava em inglês o que acontecia:

— Este menino tem seis anos e faz xixi na cama. Expliquei à mãe que isso é normal, que não é necessário fazer nada, e que eu fiz xixi na cama até os sete anos.

— Que coincidência! — respondi com meu inglês vacilante — Eu também fiz xixi na cama até os sete anos.

O dr. Yamanouchi se apressou (para minha surpresa) para traduzir minhas palavras, e a mãe me olhou ainda com mais surpresa e se desfez em reverências e agradecimentos.

Uns instantes depois, outra mãe, enquanto escutava as palavras do médico, me olhou também com espanto e me fez outra reverência.

— Este menino de dez anos também faz xixi na cama. Contei para a mãe que eu fiz xixi na cama até os 11 anos e você até os sete.

— Mas… Você não disse que também tinha feito até os sete anos?

— Bom - sorriu o dr. Yamanouchi - eu sempre lhes falo um ano a mais.

OLHE, MAS NÃO TOQUE

O suplemento de domingo do jornal El Periódico tem uma seção fixa dedicada a zombar dos famosos. No número do dia 17 de outubro de 1999, na página 4, com o título “Crianças agregadas”, zombavam daqueles que foram surpreendidos pelo fotógrafo com o filho no colo:

Muitos famosos decidiram estacionar o mítico carrinho Jané* e carregar as suas crias diretamente no colo. Talvez esse retorno ao método neolítico tenha suas propriedades pedagógicas, mas não deve ser saudável nem cômodo.

O espirituoso jornalista parece acreditar que o carrinho foi inventado no final do neolítico e que desde então ninguém carregou uma criança no colo. Quantos carrinhos da idade do bronze, gregos, romanos, assírios, medievais, renascentistas ou barrocos o leitor já viu nos museus? Não, o

carrinho é uma invenção bastante mais moderna, e as crianças foram levadas no colo até muito pouco tempo atrás.

Por mais leve que seja o pequeno da família, suportar o seu peso acaba gerando consequências em forma de coluna desviada ou hérnia de disco.

Essa é uma solene bobagem. Carregar uma criança no colo não provoca desvios da coluna nem hérnias de disco.

Além disso, é discutível que a criança esteja melhor dependurada como um apêndice do que deitada em um carrinho macio.

Ele pode discutir se quiser. Mas a criança que chora a soluços no carrinho e se acalma instantaneamente quando a pegam no colo parece ter bastante clareza de onde se sente melhor.

Cavalgar no ritmo dos passos do papai ou da mamãe pode ser estimulante, mas cansa.

Eu estaria disposto a admitir que o pai se cansa ao levar o filho no colo, principalmente se ele estiver gordinho. Mas como alguém pode pensar que quem se cansa é o filho? É muito típico, quando você dá

* Jané é a principal marca espanhola de carrinho para bebê, presente em toda Europa. [N. da E.] atenção ao seu filho e dá o que ele pede (o peito, levá-lo no colo, deixá-lo dormir na sua cama), que ainda por cima te acusem de fazer mal a ele.

Seja como for, levar a criança para passear como se ela fosse um fardo, como faz Cindy Crawford, não parece ser o mais aconselhável, antes de tudo porque os bebês precisam respirar.

Como um fardo? Na foto a modelo segura carinhosamente um bebê de poucos meses em um cômodo sling. E é de fato um método muito aconselhável, pois é seguro, divide bem o peso e permite mover os braços com relativa liberdade. E é claro que o bebê respira perfeitamente. Não será o ciumento comentarista quem ficaria sem ar se pudesse estar tão perto de Cindy?

Por outro lado, Antonio David Flores leva a sua filha solta demais. Ela se apoia em seu ombro com desdém, como se estivesse no balcão de um bar.

Na imagem que despertou essa reação tão amarga, uma menina de três ou quatro aninhos parece a mais feliz do mundo no colo do papai. Não consigo ver o menor desdém na sua forma de apoiar o bracinho Às vezes o desdém está nos olhos de quem vê.

O artigo não passa de um forte exemplo do preconceito que existe na nossa sociedade contra carregar as crianças no colo. Sim, claro, é um artigo inconsequente, uma simples brincadeira… Mas quantos pais não tiveram que ouvir comentários parecidos de familiares, amigos e até mesmo de desconhecidos?

Já faz algum tempo que um título chamou a minha atenção em uma livraria: Abrázame mamá.[32] Parecia prometedor. Um livro claramente a favor do contato entre mãe e filho! Mas não, é só a velha “liberdade dentro de uma ordem”. A autora se desmancha em elogios ao contam físico, é verdade, e atribui a ele propriedades que sequer tinham me ocorrido:“Estimula o cérebro”,“é uma forma de comunicação”,“transmite afetividade”, “sente as batidas do coração e isso a tranquiliza”:

Os benefícios psicológicos do contato físico nessa idade são indiscutíveis. Foi comprovado que se durante o primeiro ano de vida uma criança é privada do contato físico ou do balanço de quando a carregamos em um canguru, ela terá dificuldade para estabelecer contato social com outras crianças, e quando for adulta terá um comportamento agressivo.

Eu até quase custo a acreditar que carregar as crianças no colo seja tão importante. Se tudo isso for verdade, temos que sair correndo e pegar nossos filhos no colo agora mesmo, não é? Mas cuidado, há algumas o O 7 7 exceções. Não é aconselhável pegar o bebê no colo:

• Se você estiver nervosa, porque certamente lhe transmitirá o seu estado de nervosismo.

• Para que se cale.

• Para que durma.

• Quando… você não aguenta mais!

• Se ele não quiser caminhar.

Em resumo: pegue o seu filho no colo em qualquer momento, exceto quando ele precisar ou quando você precisar. Se você for a mãe do comercial, correndo em câmera lenta, descalça e vestida de um branco impecável, por uma grama muito verde, com os cabelos loiros balançando ao vento (e sem esbarrar em nenhuma planta urticante), e do seu lado há duas crianças loiras e obedientes brincando (que não brigam!) e um cão-d’água cujas lãs também balançam ao vento, então você pode pegar no colo o seu bebê gordinho e sorridente, que não tem xixi nem cocô, nem catarro, nem cólica, e transmitir a ele o

seu afeto, estimular o seu cérebro e deixá-lo sentir o frescor da sua roupa.

Mas se você for mãe de primeira viagem e confusa (ou se divide o cuidado do seu bebê com a atenção de um irmãozinho ciumento, ou de dois irmãozinhos barulhentos), se desde o parto faz dias que você começa a chorar como uma boba e não sabe por quê, se jogou na cara do seu marido o pouco que ele ajuda e ele ficou bravo e saiu batendo a porta, se sua mãe e sua sogra vieram “ajudar” e criticam tudo o que você faz, se não veio ninguém ajudar e se acumulam os pratos sujos e a roupa para passar e você não conseguiu dormir nada durante a noite, então não seja tão egoísta de pegar o seu filho no colo, cobri-lo de beijos, sentar com ele e se esquecer do mundo. Não! Você está nervosa e poderia passar isso para ele! Em vez disso, jogue na loteria, ganhe o grande prêmio, contrate duas criadas e uma babá, e volte quando estiver mais calma. Se você se apressar, poderá abraçar o seu filho antes dele acabar a escola primária.

Você conhece algum método mais rápido para que um bebê pare de chorar ou durma do que pegá-lo no colo e cantar para ele? Dizem que o gás é mais rápido, mas eu nunca experimentei e é claro que não re comendo. E se seu filho de um ano e meio não quer andar e é hora de voltar para casa, o que você pode fazer se não quiser pegá-lo no colo? Esperar que ele tenha vontade de andar, mesmo que tiver que dormir no banco, junto ao tanque de areia? Arrastá-lo pelos cabelos pela rua?

Parece vontade de aborrecer. É como dizer “a água é muito saudável, mas nunca a beba para matar a sede”, ou “pode-se descansar muito bem na cama, mas nunca deite para dormir”.

TIME-OUT!

O time-out, ou “tempo de exclusão”, é uma das técnicas de “educação” derivadas do behaviorismo. Um de seus líderes foi o dr. Christophersen. professor de Pediatria e de Ciências do Comportamento na Universidade de Kansas. Ele publicou uma ampla explicação dos seus métodos em uma revista pediátrica de prestígio.[83] Começa, é claro, com bastante senso comum, rejeitando com firmeza o castigo físico e explicando que as crianças menores de quatro ou cinco anos não têm capacidade de pensamento abstrato, e por isso não podem cumprir muitas das nossa ordens. Ele também adverte que as crianças aprendem por repetição, e que ao fazer uma coisa “mal” muitas vezes não estão nos desobedecendo ou desafiando, mas apenas praticando. Ele sustenta que o método do time-out “funciona muito melhor que bater, gritar e ameaçar as crianças”, o que provavelmente também é verdade…

Porém, ao chegar na descrição do método, nos perguntamos onde é que ficou o senso comum. Estamos falando de crianças de oito meses a 12 anos, que fizeram coisas tais como “birras, bater ou outros gestos agressivos, não seguir as instruções que são dadas a elas […], saltar nos móveis e interromper”. O procedimento é o seguinte:

Passo 1 - Logo após o comportamento inadequado, dizer à criança: “Não, você não deve…”. Deve-se dizer isso de maneira calma, sem levantar a voz, falar com ira ou xingar. Levá-la ao cercadinho sem dizer nenhuma outra palavra e com uma expressão facial que não possa ser confundida com afeto.

Passo 2 — Depois que a criança se encontrar no lugar designado a ela, não dizer nem uma palavra, não olhar e não falar com ela. Quando parar de chorar e tiver relaxado,

voltar ao lugar, pegá-la sem dizer nem uma palavra e colocá-la no chão perto dos seus brinquedos. Não repreendê-la nem mencionar o que ela fez de errado. Não é preciso passar nenhum sermão e deve-se tentar não parecer zangado. Se a criança começa a chorar quando o pai caminha até ela ou a pega no colo, voltar a colocá-la no cercadinho e reiniciar a manobra.

Passo 3 — Depois de cada exclusão, a criança deve iniciar um período de reconstrução. Não haverá explicações nem xingamentos, ameaças ou repreensões. Na primeira oportunidade, tentar premiar os comportamentos positivos.

A criança pode ser castigada em qualquer momento, sem aviso prévio, durante um tempo ilimitado, por um ser todo-poderoso que não explica nada e finge não estar bravo. O acusado não pode dizer nada em defesa própria, pois a decisão é irrevogável.

Para pôr um fim ao castigo, o único que a criança pode fazer é parar de chorar. Não adianta nada prometer que não vai fazer isso de novo se ela prometer chorando. Não é suficiente cumprir um tempo determinado; um assassino condenado a 18 anos sairá da prisão após 18 anos, independente de chorar ou não, de estar arrependido ou não, de pedir desculpas ou não. Mas uma criança colocada em exclusão pode per manecer ali indefinidamente se continua chorando (felizmente, os pais costumam ter mais senso comum que os “especialistas”, e se a criança não se cala em um tempo razoável, acabam tirando-a do castigo). O que se exige da criança é que ela reprima seus sentimentos e que pare de chorar justamente quando tem mais vontade (e mais motivos) de fazê-lo. Que finja, que minta (e que minta para si mesma), que renuncie a sua própria personalidade para converter-se em um autômato a serviço

dos desejos dos adultos. É difícil conceber um método mais desumano

Por que não falar com ela com ira nem xingá-la? Para demonstrar superioridade. Trata-se de não se rebaixar ao nível da criança, de mostrar-se a ela com a segurança e a postura de um deus encarnado.

Por que essa insistência em não falar com ela nem olhar para ela Falando as pessoas se entendem, e para o behaviorista é fundamental que pai e filho não se entendam. Se conversam, é possível que haja uma argumentação, a defesa, a súplica, o protesto, e corre-se o risco dique o processo seja contaminado por um pouco de racionalidade. A capacidade de falar diferencia o homem do animal, e Skinner, não nos esqueçamos, fazia pesquisas com ratos. E se o pai olha para o filho, pode ver o seu sofrimento, pode sentir compaixão, pode ser que se estabeleça um contato visual. Tudo isso é perigoso para o sucesso do método, que por princípio deve ser distante, impessoal, irracional e sem misericórdia

Por que uma expressão facial que não possa ser confundida com afeto? Porque pegar a criança no colo para levá-la ao cercadinho é o ponto fraco do método: em ambientes em que pegar no colo é altamente proibido porque as crianças ficam “malcriadas”, o pobre infeliz poderia ter a impressão de que o estamos tratando com carinho. Poderia chegar a se “comportar mal” de propósito, para que assim o toquem e falem com ele.

Dentro de certos limites, a indiferença dos pais dói mais nas crianças do que gritos e tapas. O que aparenta ser um progresso, uma “humanização”, usar a indiferença em vez de gritos e sermões, é apenas um retrocesso a uma forma mais refinada de tortura. A indiferença, como os choques

elétricos, é uma tortura ideal: dói mais que os tapas, mas não deixa marcas físicas.

Por que durante o time-out não se deve mencionar à criança o que ela fez de errado? O método não seria mais efetivo com um reforço verbal? (“Não encoste no gás nunca mais”, “não bata no seu irmãozinho”). É claro que não! Dar explicações somente debilita o efeito. O acusado poderia negar os feitos ou até mesmo (desafio supremo!) negar a validade da regra. Um regime de terror não pode admitir o debate.

Por que o método só pode ser aplicado a menores de 12 anos? Não poderíamos assim modificar o comportamento do universitário sarcástico, do empregado preguiçoso, do cliente insolente, do namorado descortês ou da esposa desobediente? Não, e por três motivos. Primeiro, uma criança maior de 12 anos pesa demais para ser carregada no colo e metida no cercadinho. Segundo, ela não vai ficar em silêncio quando for tratada com tão clara falta de dignidade. Terceiro e talvez o principal, é a vergonha alheia: a simples ideia de submeter a um vexame desses um adolescente ou um adulto produziria incredulidade, risadas ou consternação. Mas parece tão “normal” tratar uma criança assim…

(Por falar nisso, amável leitora, você ficou incomodada no parágrafo anterior com a expressão “esposa desobediente”? Alfinetou, não é? Isso agora se chama “linguagem machista”, que é o pior tipo de linguagem politicamente incorreta. Por que, então, é permitido dizer “filho desobediente”?)

Alguns dos leitores terão tido uma sensação de déjà vu ao ler as explicações do time-out. Onde será que já tinham lido algo parecido? Talvez aqui:

—Você não pode ir, está detido.

— Parece ser assim - disse K. — E por quê? — perguntou em seguida.

— Não estamos autorizados a dizer. Volte para o seu quarto e espere ali. [...] Você está detido.

— Mas como posso estar detido, e dessa maneira?

— Lá vem você de novo — disse o vigia, e introduziu um pedaço de pão no vidro de mel — Não respondemos a esse tipo de perguntas.

— Mas terão que respondê-las. Aqui estão os meus documentos, mostre-me agora os seus, e, acima de tudo, a ordem de detenção.

— Santo Deus! - disse o vigia - Parece que você não consegue se adaptar à sua situação e quer dedicar-se a irritar-nos inutilmente.

São parágrafos do livro O processo, de Kafka. Sim, o método do time-out é kafkiano, no sentido mais estrito da palavra.

É efetivo também? Quase todos os métodos que criticamos neste livro são efetivos. Efetivos para alcançar o seu propósito: uma criança submissa, obediente, que não amola. A questão é se compartilhamos ou não esse objetivo, se a obediência cega e o silêncio respeitoso são as qualidades que mais desejamos desenvolver nos nossos filhos.

Mas certamente não é cem por cento efetivo, e o próprio Christophersen o confessa inadvertida e ingenuamente ao contar-nos sobre as regras escritas que são entregues aos pais das crianças (menores de 18 meses) nas creches da área metropolitana de Kansas. Há vários pontos muito

positivos nessas normas: é proibido bater nas crianças ou gritai com elas. (Como o mundo dá voltas! Aqui temos o líder do time-out convertido em um dos que o dr. Green chamaria de “ativista anticastigo corporal”.) Mas a verdadeira disciplina começa agora:

Se a criança tem um comportamento inaceitável, a pessoa mais próxima da equipe fará um breve enunciado verbal “não”, a levantará e, com firmeza mas sem violência, a levará ao cercadinho, e com delicadeza a colocará ali. Assim que a criança tiver relaxado e estiver tranquila, qualquer pessoa da equipe a tirará dali e a levará a uma área apropriada de novo.

Se o comportamento inadequado “coloca outras crianças em risco” e não desaparece com a exclusão, [...] a criança terá que sair do centro e se solicitará aos pais que a levem a outro lugar.

O resultado não pode ser mais brilhante:

(...) a atmosfera da creche melhora impressionantemente depois que uma ou duas das crianças-problema melhoram seu comportamento ou se vão.

Ao falar de comportamentos que “colocam outras crianças em risco”, alguém pode pensar em adolescentes que pegam emprestado o fuzil do papai e começam a disparar no pátio da escola. Mas se refletimos sobre a capacidade de agressão de uma criança menor de 18 meses, em um lugar fechado e sob a supervisão de adultos, temos que concluir que o “risco” que as outras crianças sofrem é de que tirem a sua chupeta ou as empurrem e as façam cair de bunda (em cima de uma fralda acolchoada). Fracassadas todas as tentativas para tratar problemas tão graves, os sábios behavioristas de Kansas se viram obrigados a expulsar os bebês foragidos das

creches. Será que os levarão para creches-reformatórios ou eles se unirão a perigosas quadrilhas de bebês delinquentes? Alguém pode imaginar que carreira criminosa pode estar à frente de uma criança expulsa por mau comportamento aos 14 meses? Não é brincadeira, infelizmente. Que conceito terão do seu próprio filho pais aos quais anunciaram a expulsão por “comportamento inadequado intratável”? (“Olhe, senhora, não temos outra saída a não ser expulsar o seu filho de 14 meses. Ele apresenta um comportamento agressivo que coloca as outras crianças em perigo, e os melhores tratamentos da psicologia moderna foram inúteis no seu caso. Não podemos fazer mais nada para ajudá-lo. Compre um revólver e que Deus a proteja...”) O que dirão a eles na próxima creche ou escola onde levarão o filho? (“Posso ver aqui que ele foi expulso da creche Polegarzinho. Qual foi o motivo?”) Se isso é o melhor que o sistema pode fazer para ajudar os bebês com “problemas”, que medidas disciplinares adotarão com crianças de cinco, sete ou 13 anos?

Expulsar uma criança de 14 meses da creche porque a equipe é incapaz de suportar ou controlar o seu comportamento é uma trágica confissão de incompetência. Outros, sem tantos diplomas universitários, dedicaram mais tempo observando as crianças e falando com elas. Eu me lembro, por exemplo, que na creche do nosso primeiro filho havia uma criança que mordia as outras. “Deve-se ter muita paciência - diziam Estela e Glória, duas excelentes puericultoras — ele tem problemas em casa. Mas com carinho e paciência vai parar de morder.” E parou de morder, é claro.

Para terminar de mostrar as excelências do seu método, Christophersen não resistiu a fazer uma “nota humana”:

[…] muitas crianças que foram criadas com esse método colocam seus bonecos e seus amigos na mesma situação quando eles se comportam mal. Também foi observado que as crianças que recebem palmadas de seus pais fazem o mesmo com seus bonecos e amigos, e os que estão constantemente recebendo repreensões verbais fazem o mesmo com seus bonecos e amigos.

Não, não tenhamos medo de continuar a frase: e os que são tratado constantemente com carinho e respeito fazem o mesmo com seus bonecos e amigos

É triste que alguém possa passar tão perto da verdade sem vê-la De fato, as crianças pequenas não batem em outras porque “não foram educadas”, mas sim porque elas foram “educadas” com bofetadas. E a solução não é o método de exclusão, pois com ele conseguimos que a criança pare de bater, mas não que trate seus amigos com carinho; ao contrário, conseguimos que ela os exclua.

A ESTIMULAÇÃO PRECOCE

Há excelentes profissionais dedicados à atenção de crianças com deficiências, e não duvido que a estimulação precoce possa ser muito útil nesses casos.

O que incluo aqui como mito é a estimulação precoce de crianças sadias com o propósito de convertê-las em gênios.[84]

Pode ser um mito bastante inocente se simplesmente leva os pais a dedicar mais tempo aos filhos, brincar com eles, cantar canções e contai histórias. É claro que tudo isso é bom para as crianças.

Mas o objetivo (aumentar a inteligência) poderia tornar os meios injustos. Admitamos, por exemplo, que as crianças

aprendem a falar mais cedo se seus pais brincam com elas e lhes contam histórias. Isso estará em seu currículo? (“Como que idade você começou a falar?” “Eu falei ‘papai’ com 11 meses, e com um ano e meio dominava 85 palavras”. “Magnífico, o emprego é seu.”) É óbvio que não é suficiente mostrar uma ligeira diferença aos dois anos, mas essa diferença deve manter-se aos 25 anos para demonstrar que realmente teve um efeito.

E se tivesse tal efeito a longo prazo, qual exatamente foi a chave do sucesso? Foram as brincadeiras, as histórias ou as canções? Qual será que estimula mais, os “cinco lobinhos” ou o esconde-esconde? Ou será que esses pais também levaram seus filhos a colégios melhores, ou os ajudaram mais com seus estudos quando tinham 12 anos? Não será que os pais que dedicam mais atenção aos filhos no primeiro ano também a dedicam pelo resto da vida?

“Brinquem com seu filho para aproveitar essa época” parece um bom conselho para os novos pais. Não parece prudente mudá-lo por “estimulem seu filho para que ele seja mais inteligente”. As brincadeiras de bebês não são competitivas, ninguém ganha no “achou!” nem perde ao fazer cosquinhas. Mas na estimulação é possível perder, porque havia um objetivo (a inteligência). Os pais brincam porque assim se divertem e ficam felizes vendo a alegria dos filhos, mas a estimulação pode se converter em uma obrigação para ambos, e os pais podem achar que têm o direito de receber alguma coisa em troca pelos seus “esforços”. (“Fique calada, não interrompa quando eu estiver contando uma história”, “Como que isso é um palácio? Eu já te expliquei ontem o que é um palácio. Vamos ver se você presta um pouco mais de atenção.”) O que os pais dão ao seu filho quando brincam não são conhecimentos nem técnicas de estudo, mas a maravilhosa sensação de sentir-se amado, respeitado, importante.

Um dos maiores perigos desse mito é a difundida crença de que os pais não sabem estimular adequadamente os filhos e que esse papel corresponde a profissionais da pedagogia. Convencem os pais de que seu filho necessita ir à creche para aprender a falar, para socializar (ou seja, relacionar-se com outras crianças), para ficar mais “esperto” em geral, para não ficar tão mimado, para separar-se da mãe… (para isso a creche realmente serve, para separar-se da mãe, infelizmente).

Não é verdade. Ir à creche não é melhor que estar em casa com a família. Em 1991, Susan Ilks revisou em profundidade os estudos científicos que comparavam as crianças que iam à creche com as que ficavam com seus pais.[85] Ir à creche estava associado a um vínculo afetivo menos seguro com os pais. Em relação à socialização, os dados eram contraditórios: mais sociáveis em alguns estudos, mas também mais agressivos em outros. Os resultados eram melhores em creches de alta qualidade, Quanto ao aprendizado ou à inteligência, não havia diferenças entre crianças que iam à creche e as que ficavam em casa, com exceção das crianças de comunidades desfavorecidas, que melhoravam um pouco se iam às creches de alta qualidade dependentes de departamentos universitários de pedagogia. A vantagem no aprendizado desaparecia com o tempo, a não ser que fosse mantida uma ajuda especial durante toda a escolarização. Não se comenta nada sobre crianças de famílias maravilhosas (como a sua família, querido leitor) que vão a creches de baixa qualidade

Em 2007, Bradley & Vandell encontraram um panorama similar:[93] as crianças que iam às creches tinham um melhor desenvolvimento da linguagem, principalmente as crianças de lares desfavorecidos que iam às creches de alta qualidade. Mas também tinham problemas de comportamento, agressividade e estresse, principalmente as

que tinham começado a ir à escolinha mais cedo, e que tinham ficado mais horas ao dia.

Concluindo, se uma criança recebe um tratamento adequado em casa, ir à creche não lhe oferece nenhuma vantagem.

É claro que milhares de famílias necessitam, por motivos econômicos, levar os seus filhos a uma creche. Enquanto continuamos lutando para prolongar a licença-maternidade e equipará-la a de países socialmente mais avançados, é bom saber que uma criança pode se desenvolver mais ou menos da mesma forma em uma creche de alta qualidade.

E como distinguir essas creches de alta qualidade das quais tanto falamos? Dilks oferece uma série de critérios gerais, por exemplo em relação ao número de crianças por educador. Máximo de quatro crianças de menos de 18 meses ou de cinco crianças entre 18 e 36 meses, ou de oito crianças entre três e cinco anos de idade. A Academia Americana de Pediatria recomenda cifras ainda mais estritas:[94] máximo de três crianças menores de um ano, ou quatro de 13 a 30 meses, ou cinco de 31 a 35 meses, ou sete de três anos, ou oito de quatro a cinco anos. Quantas crianças por educador há na creche do seu filho?

A legislação espanhola permite oito crianças menores de um ano por educador. Você acha que é possível cuidar de oito bebês de uma vez? Se você tivesse óctuplos ou simplesmente quadrigêmeos, se sentiria capaz de cuidar deles durante o dia todo sem a ajuda de ninguém? Só trocar as fraldas e dar comida já tomaria todo o seu tempo, seria impossível fazer qualquer outra coisa com as crianças. Onde ficou a famosa estimulação precoce? Onde fica simplesmente o carinho? Quem você acha que pega o seu filho no colo quando ele chora ou brinca com ele? Como

você pode achar estranho que depois, de tarde, ele peça colo e mimos o tempo inteiro?

O problema é que o cuidado das crianças foi determinado com critérios puramente econômicos. O processo não foi: “As crianças precisam disso e daquilo, isso custa tanto, vamos ver de onde tiramos esse dinheiro”, mas justamente o contrário: “Temos tanto dinheiro, vamos ver o que podemos conseguir com isso”. E a quantidade de dinheiro é, por definição, muito pequena, pois a mãe não pode gastar com os cuidados do seu filho mais do que uma parte do que ganha com seu trabalho, e em geral as mulheres têm empregos que pagam menos do que os dos homens.

Assim, todo o nosso sistema educacional está de cabeça para baixo. Quanto mais novo for o aluno, menos qualificações e experiência são exigidas do professor e mais baixo é o salário. Teria que ser exatamente o contrário: as educadoras de uma creche deveriam ser mais qualificadas e ganhar mais do que os professores universitários, porque um bebê pode sofrer muito com uma cuidadora ruim, mas um jovem de 20 anos pode ignorar completamente uma professora de Física ruim.

Normalmente, o preço da hora para cuidar das crianças em casa (“babá”) é menor do que o preço da hora para limpar a casa. O que é mais importante, que seu filho esteja bem atendido ou que o chão fique brilhante?

Por ser tão mal pago, o cuidado das crianças ficou desprestigiado Quando uma mãe faz o enorme esforço econômico de parar de trabalhar por alguns meses para cuidar do seu bebê, ainda por cima lhe dizem “que sorte que você pode” ou “que bom, agora você pode ficar à toa o dia inteiro”, ou até mesmo “você vai ficar estancada, não pode renunciar à sua carreira…”. Faz tempo que eu li o

comentário de uma mãe que, cansada de ouvir críticas, tinha decidido substituir o “agora não estou trabalhando” por “estou em um projeto-piloto de psicologia aplicada. Estamos estudando o efeito da atenção contínua personalizada sobre o desenvolvimento psicoafetivo do lactente”.

Parece tão complicado que ninguém se atrevia a pedir mais detalhes, e assim não percebiam que a pesquisadora era ela, o sujeito do estudo era o seu filho, o centro de pesquisa era a sua casa… E que ela não era paga pelo seu trabalho.

O TEMPO DE QUALIDADE

> *Tolera-se que seus pais os visitem somente uma vez ao ano, a visita não deve durar mais de uma hora.*
>
> Jonathan Swift, As viagens de Gulliver

Muitas famílias sentem claramente que a creche não é uma solução ideal e recorrem a ela forçadas pela necessidade. Em vez de ir à raiz do problema e criar as condições sociais e econômicas para que cada família possa escolher livremente, muitos optaram por seguir em frente: exaltar as excelências da creche e garantir às mães que não há nenhum problema

Asseguram às mães que, embora estejam separadas de seus filhos oito horas por dia (que facilmente se convertem em dez com o transporte), poderão cuidar deles exatamente da mesma forma. Porque o importante não é a quantidade, mas a qualidade. E em duas horas dc “tempo de qualidade” poderão fazer o mesmo que outras mães em dez ou 12 horas.

Confesso que a ideia me parecia mais ou menos aceitável até que eu vivi isso na pele, quando pedi licença como pediatra para poder dedicar mais tempo ao cuidado dos meus filhos. Você renuncia a um trabalho, um salário, às expectativas de promoção e ascensão, ao reconhecimento social de uma profissão. Como as creches estão amplamente subvencionadas, a sua família, com apenas um salário, tem que ajudar com seus impostos a pagar a creche das famílias com dois salários. E ainda por cima você tem que ouvir frases do tipo: “Mas eu não sei para quê você fica em casa.

Eu passo menos tempo com meu filho, mas é tempo de qualidade, que é o que importa”.

E quem disse que meu tempo não é de qualidade? Com a mesma qualidade, meus filhos e eu temos mais tempo.

Teríamos que convencer nossos chefes disso: “A partir de agora, só virei trabalhar duas horas por dia, mas como será um tempo de qualidade, farei o mesmo que os outros em oito horas e terei o mesmo salário”. Não é verdade que não cola? Em qualquer trabalho ou qualquer atividade, desde pregar azulejos até tocar piano, só podemos ser bem sucedidos através de “dedicar horas”. Por que pretendem convencer-nos de que cuidar dos nossos filhos é justamente a única atividade humana na qual o tempo fica elástico?

EPÍLOGO

O DIA MAIS FELIZ

Meu coração comove-se agora diante de muitas lembranças já adormecidas há muito tempo da minha mãe, jovem e linda (e eu tão velho!).

Charles Dickens, Um conto de duas cidades

Quando éramos crianças, quase todos escrevemos redações escolares com o título “O dia mais feliz da minha vida”. Nos colégios religiosos, o sucesso estava garantido se você descrevesse a sua primeira comunhão. Outros preferiam lembrar-se do presente maior e mais caro que tinham ganhado do Papai Noel, da viagem a um país distante, da ida ao parque de diversões…

O passar dos anos muda a nossa perspectiva, os objetos se desfazem e as pessoas alcançam uma estatura inesperada. O sorriso da nossa mãe, o abraço do nosso pai, a mão de um amigo, uma palavra de incentivo, gratidão ou perdão… Tente lembrar, amigo leitor. Quais foram os dias mais felizes da sua infância?

Manuel conta assim uma dessas lembranças inesquecíveis:

Eu devia ter seis ou sete anos quando, correndo no escuro pela casa, trombei em uma porta de vidro que sempre tinha ficado aberta. Ela ficou toda despedaçada aos meus pés. Eu levei um susto mortal e cortei um pouco a testa. Mas não sentia nenhuma dor; o medo do castigo me paralisava. Meu pai veio correndo, me tirou dos vidros quebrados, curou a minha ferida, me olhou de cima a baixo. Mas não me xingou.

No princípio eu tremia, esperando escutar gritos horríveis a cada instante. Depois pensei que ele tinha se esquecido de

me xingar e tentei passar despercebido. Mas no final, a surpresa e a curiosidade foram mais fortes e perguntei ainda choroso: “Você não está bravo porque eu quebrei a porta?”.“Não”, ele respondeu,“a porta não importa, o único que me importa é que você não tenha se machucado”. Agora compreendo que todos nós, pais, damos mais valor aos nossos filhos do que a qualquer coisa no mundo. Mas raramente dizemos isso aos nossos filhos. Son muito grato ao meu pai por ter me dito.

Essa é a história de Elisa:

Um dos dias mais felizes dos quais eu me lembro teve, na verdade um mau começo. Tive um pesadelo horrível. Nada de monstros nem homens do saco; sonhei com uma ostra. Uma ostra enorme que tirava uma pérola, também enorme, da sua concha e não deixava que ela entrasse de volta. A pobre pérola expulsa me deu uma enorme pena. Acordei gritando, autenticamente aterrorizada. Eu devia ter uns cinco anos e dormia em uma caminha no quarto dos meus pais, que acordaram, naturalmente assustados com meus gritos. Minha mãe nu chamou para dormir na sua cama. Todos os meus medos desaparece ram como em um passe de mágica, eu me sentia enormemente feliz e segura. Nunca tive um pesadelo de novo. Eu soube que sempre teria um refúgio, que alguém sempre me protegeria.

No meu caso, lembro-me de uma tarde, acho que era domingo, eu tinha uns 12 anos. Eu andava entediado pela casa. Minha mãe me agarrou e disse: “Vem, senta aqui no meu colo, como quando você era pequeno”. Imagino que eu devia ter morrido de vergonha, mas não consigo me lembrar dessa vergonha. Eu me lembro, pelo contrário, que ela começou a cantar muito suavemente:

Bicho-papão

Sai de cima do telhado

Deixa esse menino

Dormir sossegado…

Apoiei minha cabeça no seu peito e fui invadido por uma paz infinita. Quase adormeci. Foi como voltar a ter dois anos.

A maioria das pessoas não se lembra de nada da sua primeira infância. Eu sei o que sente um bebê no colo da mãe porque tive o enorme privilégio de voltar a ser um bebê durante meia hora, com 12 anos.

Todas essas historias têm uma coisa em comum. Os dias mais felizes da nossa infância são aqueles nos quais nossos pais (ou nossos avós, irmãos ou amigos) nos fizeram felizes. Mesmo quando parece que o que nos fez feliz foi um trem elétrico, se olhamos melhor sempre há pessoas por trás: os pais que nos deram o presente com um sorriso ou com um elogio, o irmão com quem dividimos (nem sempre com boa vontade) o trem…

Éramos filhos e agora somos pais. Passaram tantos anos, mas tão pouco tempo que às vezes nos surpreendemos com a mudança de papéis. De repente vemos nossa própria infância e nossos próprios pais sob uma nova luz. Olhamos para nossos filhos e nos perguntamos que dia, que frase, que aventura ficarão gravados na sua memória para sempre. Que dores ficarão cravadas em sua alma e que alegrias guardarão como um tesouro.

Os dias mais felizes do seu filho estão por vir. Dependem de você.

BIBLIOGRAFIA

1. GARCIA, P. A. Compêndio de pedagogia teórico-práctica. Librería de Perlado, Páez y companía, Madrid, 1909.

2. LANGIS, R. Saber dizer não às crianças. Editora Paulus: São Paulo, 2010.

3. GRAY, C. Pediatricians taking new look at corporal-punishment issue CMAJ 2002, 19; 166:793. Disponível em <http://www.cmaj.ca cgi/content/full/166/6/793?>. Acesso em 10.jun.2015.

4. MIRANDA BELLO, J. Vida y color 2. Álbumes espanoles: Barcelona, 1968.

5. TAYLOR, S. E., Laços Vitais. Editora Objetiva: Rio de Janeiro, 2004

6. NELSON, E. A. S.; SCHIEFENHOEVEL, S.; HAIMERL, F. Child care practices in nonindustrialized societies. Pediatrics, 2000,105. Dispo nível em<http://pediatrics, aappublications.org/content/105/6/e75 full.pdf+html?sid=8b064bef-498a-461 l-99dd-f5148525e37c>. Acesso em 10.jun.2015.

7. ALLPORT, S. A Natural history of parenting. Harmony Books: Nova York, 1997.

8. KOI, S. Family and Orphan Rabbit Care. In Kind Planet, disponível em <www.kindplanet.org/rabbitbabies.html>. Acesso em 2.jun.2015.

9. LEBAS, E; COUDERT, P; ROUVIER, R.; ROCHAMBEAU, H. The rabbit husbandry, health and production. FAO, Roma,

1986. Disponível em
<www.fao.org/docrep/x5082e/X5082E07.htm>. Acesso em 10.jun.2015.

10. LAWRENCE, R. A.; LAWRENCE, R. M. Breastfeeding, a guide for the medical profession. 5a ed. Mosby: St. Louis, 1999.

11. BOWLBY, J. Apego: a natureza do vínculo. Editora Martins Fontes: Sao Paulo, 2002.

12. PUIG y ROIG, P, Puericultura. Libreria Subirana: Barcelona, 1927.

13. KRAMER, M. S.; CHALMERS, B.; HODNETT, E. D.; SEVKO-VSKAYA, Z.; DZIKOVICH, L; SHAPIRO, S.; et ál. Promotion of breastfeeding intervention trial (PROBIT). A randomized trial in the republic of Belarus. JAMA, 2001,285:413-420.

14. CHRISTENSSON, K.; SILES, C.; MORENO, L.; BELAUSTE-QUI, A.; FUEN-TE, P. DE LA; LAGERCRANTZ, H.; PUYOL, R; WINBERG, J. Temperature, metabolic adaptation and crying in healthy fullterm newborns cared for skin-to-skin or in a mt. Acta Paediatr., 1992, 81:488-493.

15. ESTIVILL, E.; BÉJAR, S. DE. Nana, nenê. Editora Martins Fontes: São Paulo, 2009.

16. BOWLBY, J. Child Care and the Growth of Love. 2.a ed. Penguin Books: Londres, 1990.

17. FERBER, R. Solve your child’s sleep problems. Dorling Kinders-ley: Londres, 1986.

18. CYRULNIK, B. Los patitos feos. Gedisa: Barcelona, 2002.

19. MORELLI, G. A.; ROGOFF, B.; OPPENHEIM, D.; GOLDSMITH, D. Cultural variation in infants sloping arrangements: questions of independence. Dev.sychol.,1992, 28:604-613.

20. SMALL, M. F. Our babies, ourselves. Anchor Books: Nova York, 1999.

21. ELIAS, M. E; N COLSON, N. A.; BORA, C.;JOHNSTON,J. Sleep/wake patterns of breastfed infants in the first 2 years of life. Pediatrics, 1986,77:322-329.

22. STUART-MACADAM, R; DETTWYLER, K. A. Breastfeeding, bio-cultural perspectives. Aldine de Gruyter: Nova York, 1995.

23. SUGARMAN, M.; KENDALL-TACKETT, K. Weaning ages in a sample of American women who practice extended breastfeeding. Clinical Pediatrics, 1995;34:642-647.

24. JACKSON, D. Three in a bed, the benefits of sleeping with your baby Bloomsbury Publishing: Londres, 1999.

25. THEVENIN ,T. The family bed. Avery Publishing Group. Wayne Nova Jersey, 1987.

26. SEARS,W. Nighttime parenting. How to get your baby and child to sleep La Leche League International, Schaumburg, Illinois, 1999.

27. SAMPEDRO, J. L. O Sorriso Etrusco. Editora Martins Fontes: São Paulo, 1996.

28. KESELMAN, G.; VILLAMUZA, N. De verdad quo no podia. Ed. Kókinos: Madrid, 2002.

29. BLAIR,P.S.; FLEMING, P.J.;SMITH,I.J.; PLATT, M.W.;YOUNG. J.; NADIN, P; BERRY, P. J.; GOLDING, J.The CESDI SUDI research group, Babies sleeping with parents: case-control study of factors influencing the risk of the sudden infant death syndrome. Br. Med. J., 1999, 319:1457-1462.

30. MURRAY, L.; FIORI-COWLEY, A.; HOOPER, R.; COOPER, P. The impact of postnatal depression and associated adversity on early mother-infant interactions and later infantoutcome. Child. Dev., 1996 Oct.; 67(5) :2512-2526.

31. BOWLBY, J. A secure base. Basic Books: Nova York, 1988.

32. FERREROS TOR, M. L., Abrázame, mama. Tibidabo ediciones, Barcelona, 1999.

33. STIRNIMANN, F. El nino. Seix Barral: Barcelona, 1947.

34. SKINNER, B. F. Walden II. Editora Epu: São Paulo, 1978.

35. MILLER, A. No princípio era a educação. Editora Martins Fontes: São Paulo, 2006

36. KOLLER,T.;WILLI, H. La madre y el nino. 2a ed. Delfos: Barcelona, 1946.

37. RAMOS, R. Puericultura. Barcelona: autoedición, 1941.

38. BOWLBY,J. Separação. Editora Martins Fontes: São Paulo, 2004.

39. CLOSA MONASTEROLO, R.; MORALEJO BENÉITEZ, J.;

RAVÉS OLIVÉ, M. M.; MARTÍNEZ MARTÍNEZ, M. J.; GÓ-MEZ PAPI, A. Método canguro en recién nacidos prematuros ingresados eu una Unidad de Cuidados Intensivos Neonatal. An. Esp. Pediatr., 1998, 49:495-498.

40. VARGAS, J. S. Biographical Information. Disponível em <http:// www.bfskinner.org/archives/biographical-information/>. Acesso em 10.jun.2015.

41. CHILDREN. Kibbutz Ketura. Disponível em <http://www.ketu-ra.org.il>. Acesso em 10.jun.2015.

42. LOTHANE, Z. Daniel Paul Schreber, The most famous patient in psychiatry and psychoanalysis. Disponível em <http://www.mssm. edu/faculty/lothane/schreber/histo.html>.

43. MORTON SCHATZMAN. Another soul murder. The New York Review of Books. November 8, 1990. Disponível em <http:// www.nybooks.com/ articles/3458>. Acesso em l().jun.2O15.

44. CUBELLSJ. M.; RICART, S. ffor qué Horas? Martinez Roca: Barcelona, 1999.

45. HOLLYER, B.; SMITH, L. Sleep, The secret of problem-free nights. Ward Lock: Londres, 1996.

46. ANDERS, T. E Night-waking in in fants during the first year of life. Pediatrics, 1979, 63:860-864.

47. CURELL, N.;VINALLONGA,X.;CUBELLSJ. M.;MOLINA,V; ESTIVILL, E.; RIOS,J.; LANGUE J. Dormir amb els pares: prevalent ifactors associais en una població de 6 a 36 mesos d’edat. Pediatr, Catala-na, 1999,59:73-78.

48. LOZOFF, B.; ASKEW, G. L.; WOLF, A.W. Cosleeping and early childhood sleep problems: Effects of ethnicity and socioeconomic status. J.Dev. Behav. Pediatr., 1996, 17:9-15.

49. LATZ, S.;WOLF, A.W.; LOZOFF, B. Cosleeping in context. Sleep practices and problems in young children in Japan and

the United States. Arch. Pediatr. Adolesc. Med., 1999, 153:339-346.

50. GARCIA, A.; MALO,J.; ISERN,R. JUNCOSA, S.; PÉREZ,J. M.; RIEROLA, M. JUVENTENY, D. Es desperten els nens a la nit? But. Soc. Cat. Pediatr., 1995, 55:59.

51. ESTIVILL SANCHO, E. Insomnia infantil. Act. Ped. Esp., 199-1. 52:398-401.

52. LOZOFF, B.;WOLF, A.W.; DAVIS, N. S. Cosleeping in urban families with young children in the United States. Pediatrics, 1984, 74:171-182.

53. OKAMI, P.; WEISNER,T; OLMSTEAD, R. Outcome correlates ol parentchild bedsharing: an eighteen-year longitudinal study.]. Dev. Bellav Pediatr., 2002, 23:244-253.

54. FORBES, J. E; WEISS, D. S.; FOLEN, R. A. The cosleeping habits ol military children. Mil. Med., 1992, 157:196-200.

55. FAROOQI, S. Ethnic differences in infant care practices and in the inci deuce of sudden infant death syndrome in Birmingham. Early Hum De velop., 1994, 38:209-213.

56. MOSKO, S.; RICHARD, C.; MCKENNA, J. Infant arousals during mother-infant bed sharing: implications for infant sleep and sudden infant death syndrome research. Pediatrics, 1997, 100:841-849.

57. SCRAGG, R.; MITCHELL, E. A.; TAYLOR, B. J.; STEWART. A.; FORD, R. P. K.; THOMPSON, J. M. D; ALLEN, E. M.; BE CROFT, D. M. O. Bed sharing, smoking, and alcohol in the sudden infant death syndrome. Br. Med. J., 1993, 307:1312-1318.

58. MITCHELL, E. A.;TUOHY, P. G.; BRUNT,J. M.;THOMPSON, J. M. D; CLEMENTS, M. S.; STEWART, A. W; FORD, R. P.

K.;TAYLOR, B.J. Risk factors for sudden infant death syndrome following the prevention campaign in New Zealand: a prospective study. Pedia tries, 1997,100:835-840.

59. BLAIR,P.S.;FLEMING,P.J.;SMITH,I.J.;PLATT,M.W;YOUNG, J.; NADIN, P; BERRY, P J.; GOL ING,J. e the CESDI SUDI research group, Babies sleeping with parents: case-control study of factors influencing the risk of the sudden infant death syndrome. Br. Med. J., 1999, 319:1457-1462.

60. SCRAGG, R. K. R.; MITCHELL, E. A.; STEWART, A. W; FORD, R. P. K.; TAYLOR, B. J.; HASSALL, I. B.; WILLIAMS, S. M.; THOMPSON, J. M. D., for the New Zealand Cot Death Study Group, Infant room-sharing and prone sleep position in sudden infant death syndrome. Lancet, 1996, 347:7-12.

61. WISBORG, K.; KESM DEL, U; HENRIKSEN,T. B.; OLSEN, S. E; SECHER, N.J. A. Prospective study of smoking during pregnancy and SI S. Arch. Dis. Child., 2000, 83:203-206.

62. MCKENNA,J.J.; MOSKO, S. S.; RICHARD, C. A. Bedsharing Promotes Breastfeeding. Pediatrics, 1997, 100:214-219.

63. PANTLEY, E. Soluções para noites sem choro. Editora M. Books: São Paulo, 2009.

64. MALO,J.; ISERN, R.; GARCÍA GALLEGO, A.; JUNCOS A, S.; ARMENGOL, P; CABRAL, M.; RAMÓN, M. A.; HERNÁN-DEZ,V. Habits a 1’hora de dormir. But. Soc. Cat. Pediatr., 1995, 55:45.

65. ROSENFELD, A. A.; WENEGRAT, A. O. R.; HAAVIK, D. K.; WENEGRAT, B. G.; SMITH, C. R. Sleeping patterns in upper-middle-class families when the child awakens ill or frightened. Arch. Gen. Psychiatry, 1982,39:943-947.

66. ADAIR, R.; BAUCHNER, H.; PHILIPP, B.; LEVENSON, S.; ZUCKERMAN, B. Night waking during infancy: role of parental presence ad bedtime. Pediatrics, 1991,87:500-504

67. ADAIR, R.; ZUCKERMAN, B.; BAUCHNER, H.; PHILIPP, B.; LEVENSON, S. Reducing night waking in infancy: a primary care intervention. Pediatrics, 1992, 89:585-588.

68. ALETHA SOLTER iQué hacer cuando un bebé Hora? Aware Parentinginstitute. Disponível em <http://www.awareparenting.com/ Hora.htm>. Acesso em 10.jun.2015.

69. NITSCH, C.; SCHELLING, C. Limites a los ninos. Cuándo y cómo. Ed. Médici: Barcelona, 1999.

70. BULINGE, P. La legende picturale napoléonienne dans L'Aiglon d'Edmond Rostand. Disponível em < http://www.edmond-rostand. com/legende.pdf>. Acesso em 10.jun.2015.

71. SPOCK, B.; ROTHENBERG, M. B. Baby and Child Care. Pocket Books: Nova York, 1985.

72. NICOLAY, E Crianças mal educadas. Livraria Clássica Ed.: Lisboa, 1933.

73. SANMARTÍN,J. Conceptos, tipos e incidência. In Sanmartin, J. (ed.): Violência contra nihos. Centro Reina Sofia para el Estúdio de la Violência. Ariel, Barcelona, 1999.

74. LESHAN, E. When your child drives you crazy. St. Martin's Press: Nova York, 1985.

75. FINKELHOR, D. Victimología infantil. En Sanmartin,]. (ed.): Violência contra ninos. Centro Reina Sofia para el Estudio de la Violência. Ariel: Barcelona, 1999.

76. GREEN, C. Domando sua ferinha. Editora Fundamento: Curitiba, 2003.

77. CASTELLS, P. Nuestros hijos y sus problemas. Folio: Barcelona, 1995.

78. CAPA GARCÍA,L.;BERCEDO SANZ,A.;REDONDO FIGUE-RO, C.; GONZÁLEZ-ALCITURRI CASANUEVA, M. A. Valo-ración de la conducta de los ninos de Cantabria mediante el cuestionario de Eyberg. An. Esp. Pediatr., 2000, 53:234-240.

79. SAMALIN, N. Amor e Raiva — o dilema dos pais. Editora Saraiva: Sao Paulo, 1992.

80. BOWLBY, J. The Making and Breaking of Affectional Bonds. Routledge: Nova York, 1979.

81. FREUD, S. Ires Ensaios Sobre a Teoria da Sexualidade. Editora Imago: Rio de Janeiro, 1997.

82. BLANCAFORT, M. Puericultura actual. Bruguera: Barcelona, 1979.

83. CHRISTOPHERSEN, E. R. Orientation previsora acerca de la disciplina. Clínicas Pediátricas de Norteamérica, 1986,4:831-841.

84. BRUERJ. T. The Myth of the First Three Years. Free Press: Nova York, 1999.

85. DILKS, S.A. Developmental aspects of child care. Pediatr. Clin.N. Amer., 1991,38:1529-1543.

86. WILLINGER M.; KO C. W; HOFFMAN H. J.; KESSLER R. C.; CORWIN M. J. Trends in Infant Bed Sharing in the United States, 1993-2000.The National Infant Sleep Position Study. Arch. Pediatr. Adolesc. Med. 2003;157:43-49.

87. CARPENTER, R. G.; IRGENS, L. M.; BLAIR, P. S.; ENGLAND. P. D.; FLEMING, P.; HUBER, H.; JORCH, G.; SCHREUDER, P. Sudden unexplained infant death in 20 regions in Europe: case control study. Lancet 2004;363:185-191.

88. BLAIR, P. S.; SIDEBOTHAM, P.; BERRY, P. J.; EVANS, M.; FLEMING, P. J. Major epidemiological changes in sudden infant death syndrome: a 20-year population-based study in the UK. Lancet 2006; 367: 314-319

89. American Academy of Pediatrics Task Force on Sudden Infant Death Syndrome. The changing concept of sudden infant death syndrome: diagnostic coding shifts, controversies regarding the sleeping environment, and new variables to consider in reducing risk. Pediatrics, 2005; 116: 1245-1255.

90. BOUCKE,L.E/control temprano de los esfinteres.Disponível em <www. crianzanatural.com/art/art47.html>. Acesso em l0.jun.2015.

91. BAUER, I. Diaper free! The gentle wisdom of natural infant hygiene. Disponível em <http:/Zwww.naturalchild.org/guest/ingrid_bauer. html>. Acesso em 10.jun.2015.

92. Centro Reina Sofia. Menores víctimas de violência en el âmbito familiar. Disponível em <http://www.monstresdecameva.com/documentos/Dl5.pdf>. Acesso em 10.jun.2015.

93. BRADLEY R. H.; VANDELL D. L. Child care and the well-being of children. Arch. Pediatr. Adolesc. Med. 2007; 161:669-676.

94. American Academy of Pediatrics Committee on Early Childhood, Adoption, and Dependent Care. Quality early

education and child care from birth to kindergarten. Pediatrics, 2005; 115:187-191.